

शाकाहारः सर्वोत्तम जीवन-पद्धति

डॉ. नेमीचन्द्र जैन

© हीरा भैया प्रकाशन

प्रकाशन: हीरा भैया प्रकाशन
६५, पत्रकार कॉलोनी,
कनाडिया मार्ग,
इन्दौर ४५२००१, मध्यप्रदेश

मुद्रण: नईदुनिया प्रिन्टरी
वावू लाभचद छजलानी मार्ग,
इन्दौर ४५२००९, मध्यप्रदेश

संपादन : प्रेमचन्द जैन

प्रथम आवृत्ति : अक्टूबर १९९३

द्वितीय आवृत्ति : सितम्बर १९९४

तृतीय आवृत्ति : अक्टूबर १९९६

चतुर्थ आवृत्ति मई १९९७

कुल प्रतियों १०,०००

मूल्य : दो रुपये

ISBN 81-85760-20-9

अन्तर्राष्ट्रीय मानक पुस्तक-संख्या

पूर्वकथन

शाकाहार अब एक स्थापित जीवन-शैली है, अतः उससे होने वाले फायदों को अलग से सिद्ध करना आवश्यक नहीं है।

सब जानते हैं कि शाकाहार मानवीय गुणों को विकसित/ममृद्ध करने वाला आहार है। उसके उत्पादन में न तो कोई जीव-हत्या होती है, और न ही कोई क्रूर कर्म। वह, मासाहार जिस तरह खून-की-नींव पर खड़ा है, अवस्थित नहीं है।

दुनिया के सारे देश अब यह भलीभाँति जानने लगे हैं कि यदि हमें ऑक्सीजन-युक्त/स्वास्थ्यप्रद वायु चाहिये, और चाहिये धरती-की-कोख-जल, तो शाकाहार ही हालत में अपरिहार्य है।

यह एक दुश्चक्र है कि पहले पशुओं का सर्वर्द्धन करो अर्थात् उन्हें वनस्पति खिलाओ, और ऑक्सीजन के उर्वर स्रोत बंद करो, कल्लखानों का मलवा - रक्त, मांस, मज्जा-बहाने के लिए पेय जल की वर्षादी करो, और फिर बूंद-बूंद के लिए तरसो, नदियों में गदगी डालो, और फिर उनके निर्मलीकरण के लिए एडी-चोटी एक करो।

तय है कि मासाहार हिंसा के बगैर मभव नहीं है। जिन लोगों ने कल्लखानों की मानसिकता का अध्ययन किया है उनका निष्कर्ष है कि मासाहार मनुष्य को बर्बर, रक्त-पिपासु, और नृशस बनाता है नतीजतन युद्ध, रक्तपात, लड़ाई-तकरार, कलह-तवाही के अलावा उसका कोई और परिणाम निकल ही नहीं सकता।

प्रकृति ने स्वयं मनुष्य को शाकाहारी अस्मिता प्रदान की है। उसने उसके शरीर-की-रचना भी तदनुरूप की है। शाकाहार और मानवता का परस्पर गहन सबन्ध है। शाकाहार के बारे में कुछ सकारात्मक तथ्य इस प्रकार हैं—

१ शाकाहार सार्वत्रिक आहार है, अतः वह सहज ही अहिंसा, भ्रातृत्व, विश्वास, मैत्री आदि मानवीय गुणों को विकसित करता है।

२ प्रकृति ने मांसभक्षी और शाकाहारी जीवधारियों की शरीर-रचना अलग-अलग तरह से की है यथा— मासाहारियों के दाँत नुकीले और पजे/नाखून/तिज होते हैं, उनके जबड़े सिर्फ ऊपर-नीचे चलते हैं, वे अपना आहार निगलते हैं, उनकी जीभ खुरदरी होती है, वे जीभ से पानी पीते हैं, उनकी आँतें छोटी होती हैं, उनका जिगर/उनके गुर्दे अपेक्षाकृत बड़े होते हैं, उनकी लार में हाइड्रोक्लोरिक अम्ल होता है - दूसरी ओर शाकाहारी जीवधारियों के दाँत और नाखून नुकीले नहीं होते, उनके जबड़े सभी दिशाओं में चलते हैं, वे अपना आहार चबाते हैं, उनकी जीभ चिकनी/स्निग्ध होती है, वे होठ से पानी पीते हैं, उनकी आँतें बड़ी होती हैं, उनका जिगर और उनके गुर्दे छोटे होते हैं, उनकी लार में क्षार (अल्केलाइन) होता है—प्रश्न उठता है कि आखिर यह अन्तर क्यों है?

३ आर्थिक दृष्टि में भी शाकाहार सस्ता और पर्यावरण तथा पाणिमयित्व की के अनुरूप है।

४ शाकाहार में प्रोटीन जितना चाहिये, उतना है। चिकित्सा-शास्त्र के अनुसार एक विद्या वजन पर एक ग्राम प्रोटीन चाहिये। अधिक प्रोटीन में एक तो शरीर में कैल्शियम का भण्डार घट जाता है, दूसरे नाइट्रोजनिक उत्पादों को निकाल फेंकने में गुर्दों को काफी धम

करना पड़ता है। ध्यान रहे, अतिरिक्त प्रोटीन को एकत्रित रखने की क्षमता मानव-शरीर में नहीं है। प्रोटीन की प्रचुरता का नारा मात्र व्यापारिक पैतरा है, उसे समझना चाहिये। वस्तुतः सतुलित आहार का दुनिया में कोई सानी नहीं है। एमीनो अम्ल का समायोजन शाकाहार में परस्पर पूरकता द्वारा संपन्न होता है। दाल-रोटी इसी समायोजन का प्रतीक है। गेहूँ में लायसिन नहीं है, दाल में मेथोसिन अनुपस्थित है, किन्तु इनकी पूरकता कमी को पूरा कर लेती है।

६ शाकाहार में विटामिन 'बी' के न होने का आरोप भ्रामक है। शाकाहारियों का शरीर स्वयं इसका प्रबन्ध करता है। 'बी' विटामिन से होने वाली बीमारियों का शाकाहारियों को प्रायः न होना इसका जीवन्त प्रमाण है।

७ शाकाहार में 'कार्बोहाइड्रेट्स' का होना आंतों के लिए सुखद निर्विघ्नता है। इससे कब्ज से रक्षा होती है और पेट कई गभीर/असाध्य रोगों से बच जाता है।

८ शाकाहार में विटामिन 'सी' है, जो मासाहार में बिल्कुल नहीं है।

९ कुछ शाकाहारी पदार्थों में लौहत्व सर्वाधिक है। गुड में ११४ और मेथी में १६९ प्रतिशत है, जबकि मासाहारी पदार्थों में-से किसी में भी वह ६३ से अधिक नहीं है।

१० विटामिन 'ए' का सर्वाधिक समृद्ध स्रोत पत्तीदार सब्जियाँ हैं। बदगोभी (करमकल्ला), धनिया, और आम में क्रमशः २,००, १०,४६०, और ४,८०० अन्तर्राष्ट्रीय इकाई (आईयू) विटामिन 'ए' होता है। विटामिन 'ए' अधिक मात्रा में लेने पर विषैला भी साबित हो सकता है।

११ विटामिन 'ई' अकुरित गेहूँ और सोयाबीन में प्रति १०० ग्राम क्रमशः १४१ मिग्रा तथा १४०० मिग्रा होता है। किसी भी मासाहारी पदार्थ में यह इतना नहीं है। गेहूँ को विटामिन 'ई' का सर्वश्रेष्ठ/सर्वोपरि स्रोत माना जाता है।

जहाँ तक कैलोरियो (ऊर्जा) का प्रश्न है, मासाहार को कैलोरियो का अच्छा स्रोत नहीं माना गया है। गेहूँ, चावल, और सोयाबीन से क्रमशः प्रति १०० ग्राम ३५०, ३४६, और ४३२ कैलोरियाँ मिल सकती हैं, जबकि किसी भी मासाहारी पदार्थ में १२५ कैलोरी प्रति १०० ग्राम से अधिक प्राप्य नहीं हैं।

अब यह लगभग पूरी दुनिया ने मान लिया है कि मासाहार से भू-क्षरण (इरोजिन), मरुस्थलीकरण (डेजर्टिफिकेशन), वर्षावनो की बर्बादी (डीफॉरेस्टेशन ऑफ रेनफोरेस्ट्स), पृथ्वी की उष्णता में वृद्धि (ग्लोबल वार्मिंग), जल-प्रदूषण (वाटर-पॉल्यूशन), तथा कीटनाशी विषों के फैलाव जैसे दुष्परिणाम प्रकट हुए हैं, इसीलिए सेव्ह अर्थ फाउंडेशन (७०६ फ्रेडरिक स्ट्रीट, सान्ता क्रूझ, सीए ९५०६२) द्वारा प्रकाशित 'अवर फूड अवर अर्थ' (मार्च १९९२) के पृष्ठ ३ पर स्पष्ट शब्दों में कहा गया है कि यदि हमने अपनी व्यक्तिगत आहार-आदतों में परिवर्तन नहीं किया, और मास, पौल्ट्री, तथा डेअरी उत्पादों की हमारी माँग इतनी ही, या इससे अधिक बनी रही तो ससार क्रमशः विनाश की ओर बढ़ जाएगा, और यदि हमने अपनी स्नानपान-की-आदतों में परिवर्तन किया तो हम धरती-के-घाव भर सकेंगे, और आने वाली पीढ़ी के लिए एक मपुष्ट जगत् की रचना कर पायेंगे।

इन तमाम कारणों से स्पष्ट है कि शाकाहार आज सबसे अधिक प्रासंगिक है और वही इस धरती को विनाश से बचा सकता है।

—नेमीचन्द्र जैन,

क्रम

आहार विज्ञान और दर्शन ७

अहिमामूलक जीवन-शैली ११

आहार-मे-विवेक १३

शाकाहार सुविकसित जीवन-दर्शन १५

शाकाहार सर्वोत्तम जीवन-पद्धति १८

शाकाहार का मतलब है एक सादा, सुखद, दूसरो के लिए प्रीतिकर, निरापद जिन्दगी जीना।

शाकाहार का अर्थ है सचमुच जीवन के खरे-खोटे, भले-बुरे के लिए सही समझ।

शाकाहार और अहिंसा एक-दूसरे के पर्यायवाची शब्द हैं।

मनुष्य वस्तुतः अपना भाग्य-विधाता स्वयं है, अतः वह मासाहार से अपने दुर्भाग्य को और शाकाहार से अपने सौभाग्य को न्यौतता है।

सक्षेप में, शाकाहार एक मानवीय आहार है, वह हमारे विकास का चरम बिन्दु है, वह पर्यावरणिक कवच है, वह नैतिकता का संरक्षक (गार्जियन) आहार है। वह स्वास्थ्यवर्द्धक/सपोषक आहार है। वह एक ऐसा आहार है जो पूरी धरती को अभय और प्रीति का वरदान देता है।

शाकाहार अहिंसक जीवन-शैली का प्रमुख आधार है, अभिन्न अंग है। शाकाहार के अभाव में अहिंसक समाज की तो कल्पना ही नहीं की जा सकती।

आहार: विज्ञान और दर्शन

आज आहार मात्र आहार ही नहीं रह गया है, बल्कि उसका सूक्ष्मतर विघ्लेषण हुआ है तथा उसके गुण-दोष पूरी तरह स्पष्ट कर लिये गये हैं। अब उसे विज्ञान और दर्शन का दर्जा मिल गया है। आहार की संपूर्ण प्रक्रिया 'विज्ञान' इसलिए है, चूँकि विज्ञान भविष्यतः रसायन और चिकित्सा - विज्ञान - ने आहार पण्डितों को विश्लेषण किया है और इस तथ्य का पता लगाया है कि एक व्यक्ति को स्वस्थ और सक्रिय बने रहने के लिए कितनी कैलोरीज (शक्ति-इकाइयों) की जरूरत होती है तथा इन्हें किन-किन स्रोतों से प्राप्त किया जा सकता है। आज विज्ञान के क्रम इतनी तेजी से आहार-क्षेत्र में उठे हैं कि उससे सन्निहित छोटे-छोटे मुद्दों पर भी गहनतर अन्वेषण सम्भव हुआ है। विज्ञान ने आहार-संबन्धी खोजबीन तो की ही है, शरीर से जुड़े अन््यान्य तन्त्रों को लेकर भी गहन अनुसंधान किया है। आज उसने इस तथ्य का स्पष्ट पता पा लिया है कि भोजन किस तरह से शरीर के पाचन, रक्त-संचार, मस्तिष्क, मन इत्यादि को प्रभावित/नियन्त्रित करता है। साद्य-पदार्थों के सदर्थ में अब विज्ञान ने इतनी खोजबीन कर ली है कि वह यह आसानी से बता सकता है कि कौन पदार्थ हमारे लिए हितकारी है, कौन नहीं? इस तरह विगत दो-तीन दशकों में आहार का न सिर्फ एक विज्ञान ब्रह्मा हो गया है, वरन् उसके साथ ही हमारी आवश्यकताओं के अनुरूप वस्तुओं का उत्पादन भी शुरू हुआ है।

ध्यान देने योग्य है कि आहार का विगत वर्षों में न सिर्फ वैज्ञानिक चिन्तन ही हुआ है अपितु उस पर प्राकृतिक, नैतिक, सांस्कृतिक, मन-स्थितिक, ग्रामिक इत्यादि सदर्थों में भी विचार किया गया है।

भारत एक ऐसा देश है जहाँ धर्म, सस्कृति, साहित्य, और दर्शन हमकदम चले हैं। यह महत्त्वपूर्ण है कि जब से मनुष्य ने घेती करना आरंभ किया तब से उसका ध्यान प्राणधारियों की सांभेदारी पर भी गया। उसे नया कि पशुओं को मार कर खाना वर्धरता है, उन्हें परिवार के अन्य सदस्यों की तरह विविध जिम्मेदारियों सौंप कर साथ में रखना अधिक उपयोगी है। उसे महसूस हुआ कि जितना हक जीने का उसे है, उतना ही उन्हें भी है। उसने सोचा कि जब हम उनसे लाभ उठाते हैं, तब यह जरूरी है कि हम भी अपने सांस्कृतिक, साम्यतिक विकास का लाभ उन्हें दे हम मात्र क्रूर, बेहरम, वर्धर ही न हो बल्कि हो कर्णान्त, सवेदनशील, और निष्काम भी। हम सिर्फ अपने ही धेमकुशल पर ध्यान न दे अपितु उनके कुशल-मंगल और महवर्तन पर भी ध्यान दे।

स्मरणयोग्य है कि प्रकृति अनादिकाल से एक सतुलन बनाये चली आ रही है। जब भी उसे इस, जा उस पलटे पर बजन कमोबेश दीख पडता है, वह सतुलन पर लौटने का प्रयत्न करती है और उसका तोल-कांटा वेन्द्र में आ जाता है। इन दिनों हम नयी तकनीक और प्रोद्योगिकी के प्रिक्रजे में कुछ इस तरह जकड गये हैं कि हमारे जाने/अनजाने प्रकृति-का-सतुलन काफी भंग और विहृत हुआ है, यह सही धण है जब कि मनुष्य को प्रकृति के साथ अपने र्दितों की पुनर्बाध्या करना चाहिये और बर्धर किमी टकगहृट के उन्की प्रिन्सिपल और उनके र्दस्यों का इत्तेमाल करना चाहिये। अहितक जीवन-धैली प्रकृति के इन् हृद मनुष्य के नैमान्दे का सर्वोत्तम उपाय है।

प्रकृति का नियम है कि जो जैसा करता है उसे वैसी ही प्रकृति करेगी। अतः हमें अपने व्यवहार में अत्यन्त सावधानी बरतनी चाहिए। अतः हमें अपने व्यवहार में अत्यन्त सावधानी बरतनी चाहिए। अतः हमें अपने व्यवहार में अत्यन्त सावधानी बरतनी चाहिए।

वह/उस तरह का/उस तरह से हमें वापिस होता है। कई बार तो प्रकृति व्याज-सहित लौटाती है। यदि हम कॉटे बोते हैं तो कॉटे पाते हैं, और यदि फल बोते हैं, तो फल पाते हैं। यदि हम प्रकृति को उजाड़ते हैं, तो उलट कर वह भी हमें उजाड़ती है, और यदि हम उसे सपन्न करते हैं, तो वह भी हमें प्रसन्न/सपन्न करती है। 'प्रकृति के नियम अटल हैं' मनुष्य इस तथ्य को जानता है, किन्तु दुःखद यह है कि जान कर भी वह विपरीत आचरण करता है और कोई सावधानी नहीं बरतता। हम देख रहे हैं कि रोज-ब-रोज धरती नगी हो रही है, खेत-वन उजड़ रहे हैं, नगर बस रहे हैं, पशुओं पर कहर बरस रहा है, यन्त्र मनुष्य के सर चढ़ कर बोल रहे हैं, जिन्दगी की जगह मशीनो ने ले ली है, जीवन पग-पग पर असम्मानित हुआ है और हम चाह रहे हैं कि सुखी बने रहें? असंभव है यहा।

आज हमारा खानपान विलकुल गिर गया है, इस क्रूर कुछ कि हम जो कुछ खा रहे हैं उसमें स्वास्थ्य पर कम और स्वाद पर अधिक ध्यान दिया जा रहा है। स्वाद की इस मार ने हमारे स्वास्थ्य को तो चौपट किया ही है, प्रकृति के सतुलन को भी मटियामेट किया है। स्वाद (सभी इन्द्रियो का) हमारे लिए अभिशाप बनता जा रहा है। दुनिया के तीन-चौथाई लोग मासाहार सिर्फ स्वाद के लिए करते हैं, जिसकी वजह से हर वर्ष करोड़ों पशुओं को बड़ी बेरहमी से मौत के जबड़ों में डाल दिया जाता है।

स्वाद का जहाँ तक प्रश्न है, शाकाहार के अन्तर्गत जितने स्वादिष्ट पकवान बन सकते हैं उतने मासाहार के अन्तर्गत नहीं, गरज यह है कि स्वाद की पूर्ति शाकाहार अधिक सार्थकता से कर सकता है। कुछ लोगों को भ्रम है कि मास से शक्ति प्राप्त होती है, किन्तु अब इसके पुस्ता सुदूत मिल गये हैं कि मासाहारी व्यक्ति जल्दी थक जाते हैं और अनजाने में कई असाध्य रोगों के शिकार हो जाते हैं। जिन्होंने विज्ञान की छाया में शाकाहार की सार्थकता/प्रासंगिकता का गहन अध्ययन किया है, वे जानते हैं कि एक तो बीमार वृक्ष फल नहीं देते, अगर यदि देते भी हैं तो उन्हें देख कर तुरन्त पता चल जाता है कि यह फल साध है, या नहीं, किन्तु पशुओं के साथ वैसा नहीं है, उनका मिजाज और उनकी बीमारियाँ निश्चित ही मास खाने वालों में हस्तान्तरित होती हैं। किसी वैज्ञानिक ने विलकुल ठीक कहा है कि 'मास एक बार पचा ली गयी वस्तुओं का मलवा होता है'। जब एक जीव शाकाहार मेंसे आवश्यक जीवन-तत्व भोग चुकता है, तब उस पचित आहार को मासाहारी काम में लाते हैं। क्या इससे बाहतर यह नहीं है कि मलवे की जगह सीधे-सीधे मूल वस्तुओं का इस्तेमाल किया जाए? मासाहार की वुराइयों के बारे में अब इतनी सारी छानबीन हो चुकी है कि जहाँ अधिक कहना उचित नहीं है। विचारको/बुद्धिजीवियों और सदाचार में आस्था रखने वालों के लिए तो मास जहर से भी बदतर सिद्ध हुआ है। जो लोग भगवान् और उसकी सृष्टि में भरोसा रखते हैं उनके लिए भी मासाहार अपराधो और पापों का ढेर ही है। आज यह तो हमें देख ही लेना होगा कि हम जो कुछ कर रहे हैं वह हमारे लिए/अन्यो के लिए हितकर, या अहितकर—कैसा है? वस्तुतः शाकाहार ऐसा सतुलित आहार है जो तन, मन (अन्ततः धन को भी) एक स्वस्थ रख सकता है।

आहार को लेकर हमारे यहाँ काफी सोच-विचार हुआ है। कहे, उसका एक दर्शन ही विकसित हो गया है। हमें कब खाना चाहिये? किस मौसम में क्या/कैसा/कितना खाना चाहिये? किस उम्र में क्या/कितना खाना चाहिये? किस मन स्थिति में क्या खाना चाहिये? किस काम के लिए क्या खाना चाहिये? एक शासक क्या खाये? एक रोगी क्या खाये? एक न्यायाधीश क्या खाये? इत्यादि पर हमारे देश में काफी गंभीरता से बात-

: सर्वोत्तम जीवन-पद्धति/८

वहस हुई है। देखा गया है कि किसी भी व्यक्ति की मुखछवि देख कर इस बात का पता लगा सकते है कि वह क्या खाता है, और क्या नहीं खाता है? क्रूरता और कृपा आहार मे-से ही मनुष्य के खून में दाखिल होती है।

ध्यान से देखेंगे तो पता पायेंगे कि हमारी आहार-सामग्री और हमारी आहार-शैली के मूल मे अहिंसा आरम्भ से ही रही है। प्रश्न उठ सकता है कि यह अहिंसा क्या है? क्या जीव-हत्या/हिनन ही हिंसा है, या इससे आगे भी कुछ है। वास्तव मे इससे आगे कुछ ही नहीं, बहुत कुछ है। 'अहिंसा' और 'भारत' लगभग पर्याय शब्द गृहे हैं, आज की बात जुदा है। प्रदूषण प्रच्छन्न हिंसा है, इसमे जो लोग भागीदार हैं जाने-अनजाने, वे हिंसक हैं। यह हिंसा इतनी गहरी और बुरी है कि हम जिसका कोई अन्दाज ही नहीं लगा सकते। हम जो वस्त्र पहिन्ते हैं- उनमे कहीं/कौन-सा निरीह प्राणी अपनी बहुमूल्य साँस तोड़ रहा है/तोड़ चुका है, इसका अहसास हम नहीं कर पाते। रेशम के एक मीटर कपडे मे कितने रेशम-कीटो का मरघट है, इसे हम खरीदते और इस्तेमाल करते वकन नहीं जानते। हम दवाई लेते हैं, किन्तु नहीं जानते कि वह किन निरीह पशुओ की जाने ने कर अस्तित्व मे आयी है। यह कौन-सा न्याय है कि कड़यो के प्राण ले कर हम अपने प्राणो की रक्षा कर?

हवा को प्रदूषित करके क्या हम आगामी पीढी/समकालीन पीढी के प्रति कोई गहन अपराध नहीं कर रहे हैं? नदी-तालाब के जल को प्रदूषित कर, उसे अपेय बना कर क्या हम प्राणी-जगत् के साथ एक क्रूर मितवाह नहीं कर रहे हैं? सौ मे से अस्सी प्रसंग ऐसे हैं जहाँ हम हिंसा कर रहे हैं और सृष्टि के स्वाभाविक सतुलन को नष्ट कर रहे हैं। प्रकृति का अपना कारोवार है, हमारा अपना- प्रकृति हमारे कारोवार मे कोई दखलदाजी नहीं करती, किन्तु यदि हम उसके कारोवार मे कोई हस्तक्षेप करेगे तो उसके नतीजे शायद इतने गंवाव होंगे कि हम शब्दो मे उसका वर्णन नहीं कर सकते। पेड़/पौधे/अन्य जीवधारी, जिन्हें हम बड़ी बेरहमी से नष्ट कर रहे हैं, प्रकृति के सतुलन मे बहुत बड़ी भूमिका रखते हैं, किन्तु यदि हम इनका व्यापक सँहार करते हैं- अपनी खुदगर्जी के लिए इनकी हत्या करते हैं तो प्रकृति भला हम कैसे मुआफ कर सकती है?

अहिंसा के अलावा चार और सूत्र हैं, जो परिस्थिति-विज्ञान (इकांतोजी) की दृष्टि से अपना विशिष्ट महत्व रखते हैं। जो पाँच अणुव्रतो का पालन करते हैं, निश्चय ही उनका आहार सतुलित और लोकतान्त्रिक होता है। लोकतान्त्रिक इस मायने मे कि वे अपने आहार मे औंगे के हित का भी ध्यान रखते हैं। इस तरह जो अणुव्रतो है वह जीव-जगत् के प्रति एक न्यायोचित भूमिका का निर्वाह कर रहा है। अहिंसा का स्थूल पालन ही यदि हो तो भी हमारी जमीन जगत बन सकती है।

अहिंसक जीवन-शैली मे आस्था रखने वाले व्यक्ति की भाषा विनम्र, मर्यादित, शालीन और आरामदेह होगी वह तबलीफ नहीं देगी, चुभेगी नहीं, क्या हम आहार पर विचार करते हुए अपनी वाणी पर विचार नहीं करेंगे? क्योंकि कहा गया है कि 'जैसा पीवे पानी, वैसी होवे वाणी'।

जिसे हम ध्वनि-प्रदूषण कहते हैं, उस पर 'भाषा-समिति' और 'मीन' द्वारा काबू पाया जा सकता है। सत्य भी वाचनिक प्रदूषण के लिए लाभकारी साबित हो सकता है। इन्ही तरह सामाजिक और नैतिक प्रदूषण- जो हमारे दूषित/विदूषित मान-मान का ही दुष्प्रणाम है- पर भी अचौर्य द्वारा अक्रुश पा सकते हैं। जिन नामाविर/आदिब विधमताओ मे आज हम जूय रहे हैं उन पर निदन्धन पाने मे अग्रिष्ठ की

उपयोगी भूमिका हो सकती है। जितना आपके लिए जरूरी है, उतना आप ले, शेष दूसरो के लिए छोड़ दे यहाँ तक कि उनके प्रति कोई आसक्ति ही न रखे। दान भी सामाजिक समत्व की स्थापना का एक अमोघ उपाय है। समान/सतुलित वितरण में अपरिग्रह जितना लाभकारी सिद्ध हुआ है, हो सकता है, उतना कोई सरकारी कानून नहीं हो सकता।

इसी तरह जो जनसांख्यिक असंतुलन आज बन पड़ा है और जिसे ले कर हमारे अर्थ/समाजशास्त्री आज चिन्तित हैं, ब्रह्मचर्य में उसका हल ढूँढा जा सकता है। परिवार-नियोजन की बात स्वयं अपनी जगह ही गलत है, जिन लोगो में आत्मानुशासन/सयम नहीं है— वे कोई मनुष्य हैं? ब्रह्मचर्य मन को सतुलित बनाता है, अनुशासित बनाता है, उसमें मर्यादाएँ विकसित करता है, जबकि परिवार-नियोजन/कल्याण उसे आतंक, भय, और गहन तनाव में रखता है और एक ऐसी जहरीली मानसिकता में खींच ले जाता है जो किसी भी विकासशील/विकसित समाज के लिए अन्ततः आत्मघाती साबित हो सकती है। स्वैराचार की जिस वृत्ति को परिवार-नियोजन जनमता है, आज की अनुशासनहीनता, खूनखराबा, और गुंडा-गिर्दी के लिए वही जिम्मेवार है।

इस तथ्य को भी अन्त में जान लेना बहुत है कि हम आज जिस तरह खा रहे हैं/जिस तरह-का खा रहे हैं, उससे प्रदूषण की आशंकाएँ बढ़ गयी हैं। जिस प्रदूषित वातावरण में हम साँस ले रहे हैं, उससे हमारी मानसिकता विकृत और विकलांग हुई है तथा एक ऐसा दुश्चक्र बन गया है, जिसे काट पाना अन्ततः कठिनतम हो जाएगा। क्या यह कभी संभव हो पायेगा कि हम आहार-दर्शन के इन पाँच सूत्रों— अहिंसा, सत्य, अस्तेय, अपरिग्रह, ब्रह्मचर्य— को स्थूलरूप में ही सही, अपने जीवन में स्थान दे और निरन्तर मटियामेट हो रहे प्राकृतिक सतुलन की रक्षा करें?

अहिंसामूलक जीवन-शैली

शाकाहार आत्मानुशासन का ही दूसरा नाम है, वह मात्र आहार नहीं है, इन्द्रिय-सयम भी है। इसके द्वारा हम पूरे मन पर नियन्त्रण कर सकते हैं, अपनी कामनाओं और वासनाओं का नियमन भी कर सकते हैं।

शाकाहार पृथ्वी के सौंदर्यीकरण की एक सुन्दर धार्मिक प्रक्रिया है, जिसके द्वारा न तो हम प्रकृति को कोई क्षति पहुँचाते हैं, और न ही स्वयं को किसी ऐसे गस्ते पर ले जाते हैं, जो विकृतियों और क्रूरताओं का रास्ता है।

शाकाहार न सिर्फ स्वयं में अहिंसक है, बल्कि वह अहिंसा के लिए सर्जनात्मक चेतना को जगाने वाला तत्व भी है।

शाकाहार की सबसे बड़ी विशेषता यह है कि वह प्रकृति के प्रति मन में एक गहन आस्था, और आत्मीयता पैदा करता है। वहाँ लोक और व्यक्ति के बीच कोई विघ्न-बाधा नहीं रह पाती। हम पूर्ण अनौपचारिकता में उसके साथ खुले सवाद में आ जाते हैं। हम न तो किसी को मारना चाहते हैं, और न ही कोई हमें मारना चाहता है। हम एक व्यापक सह-अस्तित्व की भावना से ओत-प्रोत स्वयं को निष्काम चित्त से लोकार्पण अर्पित कर देते हैं। ये जो युद्ध हो रहे हैं, इन सबका एक ही समाधान है शाकाहार के लिए जागरूकता।

शाकाहार व्यक्ति को न सिर्फ सदाचार की ओर ले जाता है, बल्कि उसे इतना उदार और सहनशील बनाता है कि वह स्वयं के समानान्तर पूरी दुनिया, और पूरे 'यूनिवर्स' के बारे में सोचने लगता है। एक शाकाहारी का जीवनमात्र उस तक सीमित नहीं रहता, वह लोकार्पित होता है पूरे लोक, विश्व, राष्ट्र और समाज के लिए। एक शाकाहारी अपने व्यवसाय, अपने लक्ष्यों और अपने उद्देश्यों में बहुजनहिताय (बहुतों की भलाई के लिए) नहीं, सर्वजनहिताय (सबके कल्याण के लिए)—सर्वोदय (सबके—प्राणिमात्र के—उदय के लिए) की दृष्टि से काम करता है। वह यदि पत्ते को भी छूता है, तो पूरा वृक्ष उसकी मंगल कामनाओं में नहा उठता है, वह एक धूलिकण का भी स्पर्श करता है, तो पूरी धरती में जुड़ जाता है, वह किसी प्राणि को सहलाता है, तो संपूर्ण विश्व में अभय और अहिंसा की तरंगें उमड़ पड़ती हैं।

पूरे विश्व को निरस्त्रीकरण की ओर अग्रसर होने के लिए आवश्यक है, सबसे पहले आदमी के भीतर बैठे तामसिकता के निरस्त्रीकरण करने की। हथियारों के जखीरों को नष्ट करने से या कम करने से यह बात नहीं बनेगी, बल्कि हमारा मकसद तभी हल होगा, जब मनुष्य इसके लिए भीतर में तैयार हो। यह तभी संभव है, जब मनुष्य अपने मान-मान और रहन-सहन में हर पद पर ही अहिंसा के—शाकाहार को सूक्ष्मतापूर्वक अपनाये।

शाकाहार न सिर्फ मनुष्य के बाद इन्हीं के अस्तित्व के अस्तित्व के अस्तित्व के अस्तित्व को भी निरन्वित और परिवर्तित करता है।

मनुष्य जैसा माता है ठीक वैसा ही उसका व्यवहार होता है। अन्त में इतिवृत्त परिवर्तन से होने वाले सामाजिक या धार्मिक परिवर्तन से हम अहिंसक होते हैं। नष्ट करने का आहार-निवर्तन हमारी संपूर्ण चेतना को प्रभावित कर सकता है। सामाजिक व्यवहार-परिवर्तन की और सामाजिक आहार-साहित्य-साहित्य

जन्मता है, इस तथ्य से मुँह मोड़ना कठिन है।

मनुष्य वस्तुतः अपना भाग्य-विधाता स्वयं है, मासाहार से वह अपने दुर्भाग्य को और शाकाहार से अपने सौभाग्य को न्यौतता है।

शाकाहार मात्र आहार नहीं है वरन् एक सुनिश्चित/सुसिद्धशैली है, एक ऐसी जीवन-पद्धति जो अहिंसा, प्रेम, सह-अस्तित्व, सहिष्णुता, परस्पर-सम्मान और सद्भाव की नींव पर खड़ी है। एक ऐसी जीवन-शैली जिसमें शोषण, दमन, धार्मिक कट्टरता, अन्धविश्वास, सामाजिक भेदभाव, कृत्रिमता, औपचारिकता, अराजकता, असम्मान आदि के लिए कोई स्थान नहीं है। जहाँ अन्धी हृदियों और व्यर्थ के विवादों को दरवाजा खटखटाने की अनुमति नहीं है, उस जीवन-शैली का नाम है शाकाहार।

शाकाहार श्रम और उदात्त जीवन-मूल्यों पर आस्था रखने वाला आहार है। श्रम की महत्ता और उसकी गरिमा की प्राण-प्रतिष्ठा में उसका विश्वास है। ऐसा श्रम जिसमें बिचौलिये न हो। श्रमिक को जिससे-से न्यायोचित मिला हो। शाकाहार कोई काल्पनिक स्वर्ग (उटोपिया) नहीं है, वरन् यह एक अत्यन्त व्यावहारिक और ठोस परिकल्पना है। शताब्दियों से मनुष्य क्रूरता/बर्बरता के विरुद्ध युद्ध जूसता रहा है। उसके भीतर गहरे कहीं यह बात है कि मात्र शरीर (उदर) ही अन्तिम नहीं है, बल्कि ऐसा कुछ भी है जो शरीर-के-मार है। शाकाहार का सबन्ध अध्यात्म से भी है और उन सारे प्राणियों के प्रति सम्मान-की-भावना से भी जो उसके इर्द-गिर्द अथवा साथ सदियों से रह रहे हैं। अहिंसा, सत्य, अस्तेय, अपरिग्रह, ब्रह्मचर्य, करुणा, सयम, अनुशासन आदि ऐसे जीवन-मूल्य हैं, जिनका शाकाहारी जीवन-पद्धति से अत्यन्त निकट का सबन्ध है।

व्यक्ति के स्वयं के विकास की दृष्टि से भी शाकाहार का महत्त्व है। मनुष्य के विकास में सयम की एक उल्लेखनीय भूमिका रही है। भारतीय जीवन में सयम को प्रगति का पिता कहा गया है। ये दोनों साथ चलते हैं। अनुशासन सयम का ही अन्य नाम है। व्यक्ति के कुछ ऐसे सास्कृतिक/चारित्रित गुण हैं, जो उसे समाज में साख और प्रतिष्ठा, आदर और सम्मान प्रदान करते हैं। ये हैं - स्नेह, विश्वास, सहानुभूति, सहयोग, दया, ममत्व, अ-स्वाद, स्वाध्याय आदि। ये सारे गुण शाकाहार से सबद्ध हैं, मासाहार से इनका कोई सरोकार नहीं है।

इस तरह हम देखते हैं कि यदि हमें मनुष्य बनाये रखना है तो शाकाहार के बुझते हुए दीप को ताकत देनी होगी, उसकी लौ को अकम्प रखना होगा। किन्हीं कारणों से यदि हम यह नहीं कर पाये तो सब और तमस् छा जाएगा और हम उसके घेरे में वुरी तरह ध्वस्त हो जाएँगे।

△ △

आहार-में-विवेक

एक सतुलित व्यक्तित्व के लिए यह जरूरी है कि तन और मन, देह और दिमाग को स्वस्थ और सतुलित मुराक दी जाए। शरीर की मुराक आहार है, जिसे हम विभिन्न वस्तुओं की मात्राएँ निर्धारित कर सतुलित कर सकते हैं। यदि आहार में एक चीज अधिक और एक कम होगी तो पूरे शरीर का सतुलन डगमगा जाएगा। तन को एसी मुराक चाहिये जो उसके दिमाग को स्वस्थ/सक्रिय रख सके ताकि देश की उन समस्याओं को जीवन्त और स्वस्थ रखा जा सके जिन्हें हम शिक्षा, न्याय, धर्म, संस्कृति आदि शीर्षकों से जानते हैं। कहा जाता है यू आर, व्हाट यू ईट (आप वही होते हैं, जो खाते हैं)। खाने में-से देह के तमाम अवयव-स्यूल-से-सूक्ष्मातर-बनते हैं। मस्तिष्क भी उन्हीं वस्तुओं में से सरचित है, जिन्हें हम रोज-ब-रोज खाते हैं। मसलनल यदि आम हिंसा खाते हैं, तो अहिंसा आप में-से प्रकट कैसे होगी? 'जैसा बीज, वैसी फसल' एक बहुत सीधा और सहज तर्क है। यदि आप अंधेरा खाते हैं तो भला आप में-से रोशनी जन्म कैसे लेगी? चिराग अंधेरा खाता है, कागल उगलता है। जो जैसा खाता है, वह वैसा है- होता जाता है- उसमें कोई शक-शुबह नहीं है।

आज हम जो खा रहे हैं, हमारे जीवन में उसी की अभिव्यक्ति दिखाई दे रही है। तलाश करेंगे तो पायेंगे कि आज हमारे आहार में तामसिक वस्तुएँ अधिक बढ़ गयी हैं। चारों ओर जो हिंसा, क्रुल, दुर्घटनाएँ, नूटसोसोट आदि का दौरा-दौरा है, उसकी पृष्ठभूमि पर तामसिक खानपान ही है। आमतौर पर आज का व्यक्ति इस तथ्य को मानने से इकार करेगा कि हम जैसा खाते हैं, वैसा बनते हैं/बनते जाते हैं, किन्तु गहराई में उतरने पर उसे इस तथ्य को मान लेने में कोई कठिनाई नहीं होगी।

आज हमारे खाने में कोई विवेक नहीं रहा है। स्वाद/जायका ही एकमात्र कसौटी रह गया है। हम सोच ही नहीं पा रहे हैं कि हमें क्या खाना चाहिये और क्या नहीं? वस्तुतः हमें जो मिल जाता है, या जो हमारी औषध माँगती है (भला-बुरा, मरा-मोटा) या विज्ञापन जिसे गले उतार देता है, उस पर हम टूट पड़ते हैं- बिना यह सोचे कि पारिस्थितिकी (इकॉलॉजी) की दृष्टि में हमारा यह आचरण क्या मतलब रखता है, बगैर यह सोचे कि हमारे इस बर्ताव से आने वाली पीढ़ियों को कौन-से बुरे नतीजे भोगने पड़ेंगे? आज हम अपने आहार में उन सारी वस्तुओं को शरीक किये जा रहे हैं, जिनका हमारे विकास से (अब तक के) कोई तालमेल नहीं है। यदि हम समाजशास्त्रियों की इस बात को मान भी ले कि आदमी शिकार-से-काश्त और काश्त-से-उद्योग पर आया है तब भी हम तदनुसूय आचरण कहाँ दे पा रहे हैं? हम आज भी शिकार-पर-अवलम्बित जिन्दगी जो रहे हैं अन्तर यह हुआ है कि अब हमने शिकार को फसल (मछली की/बूजो की) का नाम दे दिया है और अपने चारों ओर की प्राकृतिक सपदा को बेइतहा नष्ट करने लगे हैं। हमने विस्म-क्रिस्म के उपाय निवाल लिये हैं और भविष्य को चिन्ता किये बगैर एक खुद-गर्ज जिन्दगी बिता रहे हैं। यह दुःख है और इसके दुष्परिणाम सामने आने लगे हैं। गौर करे कि हमारे खाने में जिस क्रिस्म की बर्बरता, झूठता, और उच्छृंखलता बढ़ रही है, वह आगामी सर्वनाश का दुर्भाग्यपूर्ण संकेत है।

जिस तरह देह को हम विवेकपूर्ण कुछ भी दे रहे हैं, उसी तरह दिमाग को भी ऐसा कुछ दे रहे हैं, जो नहीं दिया चाहिये। एक तो हिन्दी में अच्छा कुछ प्रकाश में आ नहीं रहा है और जो भी आ रहा है वह २-३ हजार छापीलन इत बर्ष हो रहा है। दुर्भाग्य यह है कि प्रायः जो भी अच्छा लिखा जा रहा है या प्रकाशित हो रहा है, उन बरतों-करोड़ लोगों तक पहुँच पा रहा है, जिन्हें उनकी जरूरत है। सरोद कर खाने में तो

आदमी रुचि ले रहा है (शायद यह उसकी अनिवार्यता है), किन्तु खरीद कर पढ़ने में उसकी कोई दिलचस्पी नहीं है।

इधर हमारे परम्परागत आहार पर (जो प्रायः शाकाहार ही रहा है), पश्चिम की सम्यक्ता ने हमला किया है। उसने मासाहार को यन्त्रो और पैकेजिंग की तकनीको में डाल कर मनुष्य को अधिक क्रूर और कृतघ्नी बना दिया है। विज्ञापनो के माध्यम से हम— भारतीयो के स्वास्थ्य को व्यापार के जिम्मे कर दिया गया है। स्वास्थ्य अब कर्तव्य नहीं, व्यापार और नफाखोर व्यापारियो के हाथो में चला गया है। मासाहार के प्रचार-प्रचार पर आज सार्वजनिक क्षेत्र में जो खर्च हो रहा है उसका अन्दाज़ हम नहीं लगा सकते।

आश्चर्य तो यह है कि मासाहार का प्रचार-प्रचार शाकाहारियो के प्रचार-माध्यमो से हो रहा है। धन के बल पर सुदुर्गम व्यापारी इन साधनो का धडल्ले में इस्तेमाल कर रहे हैं। शाकाहारी वर्ग आज सस्कारवश शाकाहारी है; किन्तु अपने व्यापार-व्यवसाय में मासाहार के प्रचार-प्रसार में हिस्सेदारी कर रहा है। पूछने पर इसे वह 'व्यवहार' कह कर टाल रहा है। शायद यह उसकी लाचारी है।

शाकाहार सर्वोत्तम है, इस तथ्य को अब पश्चिम भी मानने लगा है। इसी वर्ष लन्दन में हुई 'विश्व पुरातत्व परिषद्' में शाकाहारियो और मासाहारियो का अनुपात बराबर था। इससे शाकाहार की उपयोगिता की ओर दुनिया का ध्यान गया है यह तथ्य साबित होता है, किन्तु ऐसे लोगो से कैसे निपटा जाए जो भारत में शाकाहारियो की भावनाओ का ध्यान रखे बिना मासाहार के घुआधार प्रचार-प्रसार में खून-पसीना एक रहे हैं। वे नितनयी रणनीति और व्यूहरचना अपना रहे हैं। यह चिन्ताजनक है।

हम जानते हैं भारत कृषि/ऋषि सस्कृति का देश है, अतः मासाहार से जहाँ एक ओर हमारा पारिस्थितिक वातावरण अपग होगा, वही हमारा सार्वजनिक जीवन भी तहस-नहस हो जाएगा। बहुत आवश्यक है, अतः, कि हम अपने सारे काम स्थगित कर पूरी तैयारी के साथ शाकाहार की महत्ता/उपयोगिता लोगो को समझाये और अहिंसा के उपादानो की— जो मूलतः हमारी सस्कृति के उपादान ही हैं— रक्षा करें।

△ △

शाकाहार: सुविकसित जीवन-दर्शन

शाकाहार मिल्क आहार नहीं है बल्कि वह अहिंसा/करुणा/परस्पर सहयोग पर मजबूती से टिकी-खड़ी जीवन-शैली है। शाकाहार में छीन-अपट, लूटखसोट, मारकाट, और शोषण-दमन की जगह सहानुभूति और त्याग ने ली है।

शाकाहार एक अत्यन्त मानवीय और सुविकसित जीवन-दर्शन है। जहाँ गुरानि, दहाड़ने, धमकाने, हमला करने, मून-भरावा करने आदि क्रूर कर्मों के लिए कोई गुजाइश नहीं है। हिंसा से सामुदायिक अथवा व्यक्तिगत-निबटने के लिए शाकाहार से बड़ा कोई अच्छा उपाय नहीं है। शाकाहार मनुष्य को खून-मे-से बदलता है। उसमें हिंसा की कोई जगह नहीं है। वहाँ प्रीति-ही-प्रीति है- सिर्फ प्रीति, रहम-का-दरिया प्रवाहित है, लहरे भर रहा है, अतः ममसे कि शाकाहार आहार से आगे की स्थिति है। वह एक पाँव बढ़ाता जीवन-दर्शन है।

वस्तुतः शाकाहार एक जीवन-शैली है जो व्यक्ति और समूह दोनों को सुख, समता, और समृद्धि की ओर ले जाती है। शाकाहार का साफ-सुधरा अर्थ है सह-अस्तित्व, एक गुणोन्मुख अहिंसक जीवन-पद्धति।

हमें अविलम्ब जानना चाहिए कि शाकाहार सिर्फ आहार ही नहीं है बल्कि उससे आगे वह एक संपूर्ण जीवन-दर्शन है। वह कोरमकोर वनपतिजन्म वस्तुओं की एक निष्प्राण थाली ही नहीं है, बल्कि अहिंसामूलक/अत्यन्त मानवीय जीवन की प्रतिनिधि जीवन-शैली भी है। वह जीवन को शोषण, हिंसा और विनाश-से-मुक्त पद्धति से जीने की एक बहुमूल्य कला है। कभी वह हमारे राष्ट्रीय जीवन का एक अभिन्न अंग था, किन्तु पश्चिम के ससर्ग के कारण हम उसे आज भुला बैठे हैं और उसकी जगह हमने एक हिंसक, क्रूर, और आमिषमूलक जीवन-पद्धति को अपना लिया है। हम इस भ्रम-जाल में फँस गये हैं कि आज हम झूठा-भर-टिबो जिस जिन्दगी को जी रहे हैं वह अत्याधुनिक है, सुविकसित है, और एक गौरवशाली स्तर का प्रतीक है। 'स्टेज' बनाने के दुश्चक्र में हम एक ऐसे ब्यूह में फँस गये हैं, जिसमें हम-तो-हम हमारी आगामी पीढ़ियों तक बहुत मुश्किल से मुक्त हो पायेंगे।

हमें यह गह्रुम करना चाहिये कि शाकाहार मात्र आहार नहीं है, बल्कि एक सशक्त जीवन-शैली है, जिसका ताज्जा है कि हम अपने सामाजिक सन्ध-शास्त्र का पुनः परीक्षण करें और उसमें अपदस्थ करुणा को उपयुक्त स्थान दें। झूठना ने आज हमें इतना बदहवास और बदशक्ल कर दिया है कि हम महावीर, बुद्ध, ईसा और महात्मा गाँधी के वधज हैं, वह पहचानना मुश्किल हो गया है। हमारे चेहरे पर मून-के-ओ-भाग हैं यदि हम चाहें तो अपनी भी इन्हीं बर्णा और सर्वदनशीलता के पवित्र और अच्छकजन में धो सकते हैं- किन्तु प्रश्न तबन्त का है, एक जीवन शैली को दटना में जपाने का है।

यदि हम यह जानते कि शाकाहार मात्र एक पाली नहीं है बल्कि उसमें नदावार, साद्विचार और सत्यधार भी सम्मिलित हैं तो हम निश्चय ही व्यक्ति और समाज को एक नयी और सही रोगनी दे सकेंगे, अर्थात् हम उस गहरी गहरी में निरन्तर उतरते जाएँ जिसमें मौत, अज्ञान और अंधेरे के अलावा और कुछ नहीं है।

शाकाहार एक ऐसी जीवन शैली है जो स्वनाम्ब है और मनुष्य के भीतर लगी पटी अदग्नि-त सभ्यताओं को जगती है। उसका स्वच्छ स्वभाव ने न हो कर सैबी और मोद न है।

देश में, दुनिया में शाकाहार के लिए अब एक सक्षम जागरूकता ने जन्म ले लिया है और आहार-विशेषज्ञ उन तथ्यों को सामने लाने लगे हैं, जो उन्हें गहन खोजबीन के बाद प्राप्त हुए हैं। विशेषज्ञों के एक दल ने स्पष्ट कहा है कि मासाहारियों में मृत्युदर अधिक है और शाकाहारियों में काफी कम। इस जागरूकता ने हमारे भीतर स्वतन्त्र चिन्तन की एक रचनात्मक लहर ने जन्म लिया है। अब हम सिर्फ विश्वास ही नहीं कर रहे हैं, बल्कि अपनी खुद की आँखों से देख रहे हैं कि अहिंसक शक्तियाँ सक्रिय हैं और शाकाहार एक स्थापित जीवन-पद्धति के रूप में प्रकट हो रहा है। हम न सिर्फ आहार को लेकर चिंतित हुए हैं, वरन् अपने देश की अस्मिता को सुरक्षित रखने की चिंता भी हमें हुई है।

हमें शाकाहार और अहिंसा को उस जागरूकता की अगवानी करनी चाहिए जो बीसवीं सदी की साँस में उभरी है और जो इक्कीसवीं सदी का उषकाल बनने को है।

जीवन की दो पद्धतियाँ हैं। पहली जीवन-पद्धति का नाम शाकाहार है, और दूसरी का मासाहार, प्रथम अहिंसामूलक है, द्वितीय हिंसामूलक, पहली स्वास्थ्य की ओर कदम उठाये है, दूसरी अस्वास्थ्य की ओर, पहली मानवीय/सौन्दर्यपरक है, दूसरी आसुरी/विकृतिपरक, पहली सात्विक है, दूसरी तामासिक, चुनाव निर्भर है हम पर कि हम जीवन को चुनते हैं, या मृत्यु को, अंधेरे को चुनते हैं या रोशनी को।

शाकाहार मात्र आहार नहीं है, अपितु उसके साथ जीवन का सौन्दर्य उसकी गौरव-गरिमा आवद्ध है। सह-अस्तित्व के लिए जिस निर्मल जीवन-पद्धति की आवश्यकता है, उस पद्धति का नाम है शाकाहार।

शाकाहार मात्र आहार नहीं है, वरन् एक सफल और अनुभूत जीवन-पद्धति है, जिसका उद्देश्य सिर्फ पेट भरना नहीं है, बल्कि जिसका हमारे चिन्तन और हमारे सकारों से भी घनिष्ठ सन्ध है।

वस्तुतः शाकाहारी जीवन-पद्धति के ब्लूप्रिंट (स्वच्छ रूपरेखा कार्यक्रम/कार्य योजना) के क, ख, ग, घ, हैं शान्ति, कान्ति (क्रान्ति भी), हार्द (स्नेह, सुकुमारता, मृदुता यानी अहिंसा का प्रतिनिधि) और रक्षा (रसा यानी धरती भी)। इस तरह जिस जीवन-शैली में समायोजन का लचीलापन है, एक-दूसरे के सुख की गुंजाइश है, उस जीवन-पद्धति का नाम शाकाहार है। यह आत्मोन्नयन में विश्वास रखने वाली जीवन-शैली है।

शाकाहारी जीवन-पद्धति समायोजन और समरसता-जैसे चारित्रिक गुणों पर खड़ी हुई है। शाकाहार की थाली में जो भी सादा है, सुन्दर है, सात्विक है, अक्रूर है, अनिर्मम है, किमी की जान लेकर अस्तित्व में आया हुआ नहीं है। शाकाहार की सादगी अकृत्रिम है, प्राकृतिक है, वह आत्मनिर्भर है। सतोय इस पद्धति की अपनी विशेषता है।

समायोजन, सादगी और सतृप्ति (सतोप) का त्रिकोण रचना है सदाचरण, जो मनुष्य का सर्वोपरि विकास है।

एक भ्रातृत्वमूलक, कल्याण और अहिंसा, मानवीयता और प्राकृतिक मौलिकताओं पर आधारित धरती की कल्पना हम सिर्फ शाकाहारी जीवन-पद्धति में ही कर सकते हैं।

इन तरह लोग लगातार जाग/ज्ञान रहे हैं कि शाकाहार मात्र आहार नहीं, बल्कि एक सुचिन्तित जीवन-पद्धति है, जो अच्छी तन्दुन्स्ती, शान्ति, सुख, मत्स्य और अहिंसा में परिपूर्ण विश्वास रखती है।

शाकाहार का मोघा-मादा अर्थ है जीवन का ऐसा क्रम जिसमें दूसरों के लिए ममुचित आदर और सम्म्रीयता गुंजाइश हो और सब-सारा सिर्फ मुद्गर्जों का स्वार्थ पर टिका हुआ न हो।

△ △

मनुष्य के साथ तो अच्छा व्यवहार करें और सृष्टि के अन्य अस्तित्वों के साथ बदसलूकी करें? क्या ऐसा करने में हमारे चरित्र का दोगलापन प्रकट नहीं होगा? क्या जब हम पशु-पक्षियों के साथ हिंसा का बर्ताव करेंगे, तब यह आशंका बढ नहीं जाएगी कि हम अपने साथियों के साथ भी आहिस्ता-आहिस्ता वैसा ही क्रूर और बर्बर व्यवहार करने के अभ्यस्त हो जाएँ। वस्तुतः मासाहारी का मन उतना सवेदनशील नहीं रह जाता, जितना एक शाकाहारी का बना रहता है, या उत्तरोत्तर बनता जाता है। शाकाहार के साथ ललित जीवन-मूल्यों का जितना घनिष्ठ सबन्ध है, उतना अन्य किसी आहार के साथ नहीं है, इसलिए सामाजिक दृष्टि से भी यह आवश्यक है कि संपूर्ण समाज ऐसे आहार की अनुशंसा करे जिससे समाज पर हिंसा का दबाव कम हो और भाई-चारे की सभावना निरन्तर समृद्ध हो। शाकाहार का सीधा और स्वच्छ मतलब है चारों ओर स्नेह और विश्वास का वातावरण बनाना और प्रकृति के हर अस्तित्व को भयमुक्त रखना। शाकाहार का दूसरा नाम अभय, और निर्विघ्न शान्ति है। एक सतुलित सामाजिक प्रगति के लिए शाकाहार की अपरिहार्यता को अस्वीकार करना संभव नहीं है।

जहाँ तक आहार-शास्त्र का प्रश्न है, जो तुलनात्मक आँकड़े और वैज्ञानिक समीक्षाएँ हमारे सामने हैं, उनसे यह सिद्ध होता है कि शाकाहार की एक ऐसा आहार है जो मनुष्य को बेहतर मनुष्य बनने में सहयोग कर सकता है। एक आदमी के लिए जितने ऊर्जा (कैलोरियाँ) जरूरी होते हैं, शाकाहार से वे सहज ही मिल जाते हैं। जो लोग सामिषभोजी हैं, उन्हें सब कुछ 'सेकड हैंड' मिलता है। शाकाहारी को वनस्पतियों से सीधा और स्वस्थ पोषण मिलता है, किन्तु मासाहारी को उसे टेढ़े रास्ते चल कर पाना होता है। दुनिया का ऐसा कोई जीवधारी नहीं है जो मासाहार पर जीवन-यापन करता हो उसे सीधे, या टेढ़े शरीर-के-व्यापचय (मेटाबोलिज्म) के सतुलन के लिए शाकाहार पर निर्भर रहना होता है।

प्रश्न उठता है कि क्या मासाहार एक परिपूर्ण आहार है? क्या शाकाहार संपूर्ण आहार नहीं है? क्या हम हाल जन्मे मानव-शिशु को सिर्फ मासाहार पर जिलाये रख सकते हैं? क्यों कोई केवल मासाहार पर टिका रह सकता है? नहीं। सच तो असल में यह है कि कोई भी मानव-शिशु आरंभ में शाकाहार के अलावा कुछ और पचा ही नहीं सकता। उसका शरीर इतना सुकुमार होता है कि वह मासाहार की मार सहन ही नहीं कर सकता। कोई चिकित्सक किसी सद्य-जात शिशु को मासाहार देने की सलाह नहीं दे सकता। इसके विपरीत एक विशुद्ध शाकाहार सिर्फ शाकाहार पर जीवित रह सकता है, अतः यह स्वयंसिद्ध है कि शाकाहार एक परिपूर्ण आहार है और मासाहार अपूर्ण/असतुलित।

कोई आहार-विशेषज्ञ कार्बोहाइड्रेट्स-रहित आहार की अनुशंसा नहीं कर सकता। आज प्रायः सभी आहार-विज्ञानियों ने इस तथ्य को मान लिया है कि अच्छे स्वास्थ्य के लिए रेशायुक्त आहार जरूरी है। जिन लोगों के आहार में कार्बोहाइड्रेट्स नहीं होते, उन्हें प्रायः कब्ज हो जाता है। चिकित्साशास्त्र में कब्ज को काल कहा गया है। उसे मृत्यु का संदेशवाहक माना गया है।

इस संदर्भ में हमारा ध्यान अण्डों पर जाता है। अण्डों में कार्बोहाइड्रेट्स तो गैरहाजिर होते ही हैं, कोलेस्टेरॉल की मात्रा इतनी अधिक होती है कि हमारी धमनियाँ कभी भी रुक हो सकती हैं और हम कभी भी हृदयरोग के शिकार हो सकते हैं। खून में कोलेस्टेरॉल-के-स्तर को सतुलित रखने के लिए शाकाहार से बढ़िया आहार कहीं नहीं है। यह मत हमारा नहीं है, बल्कि बड़े-बड़े/नामो-गरामी चिकित्सकों का है।

. मासाहार, अण्डे जिसमें सम्मिलित हैं, करने की राय देते हैं वे संभवतः इस तथ्य को भूल जाते

है कि कोलेस्टेरॉल तथा प्रोटीन आदि को ले कर जो प्रयोग हुए हैं वे सिर्फ चूहों पर ही हुए हैं। चूहों पर हुए प्रयोग-निष्कर्षों को मनुष्य पर लागू करना स्वयं में हास्यास्पद है। कोलेस्टेरॉल और प्रोटीन के विशेषज्ञों का कथन है कि चूहों को जन्मोपगन्त मनुष्य की अपेक्षा दस गुना अधिक प्रोटीन लगता है। कुशल चिकित्सकों को चूहों और मनुष्यों में फर्क करना चाहिये। अमरीकी कोलेस्टेरॉल-विशेषज्ञ श्री ब्राउन और श्री गोल्डस्टीन, जिन्हें कोलेस्टेरॉल के महत् अध्ययन के लिए नोबल पुरस्कार मिला है, ने स्पष्ट कहा है कि मासाहार से हार्टअटैक और कैंसर की आशंकाएँ बनी रहती हैं। मूत्र में कोलेस्टेरॉल-के-स्वाभाविक स्तर को कायम रखने के लिए दोनों विशेषज्ञों ने मासाहार से बचने और शाकाहार करने की सलाह दी है।

जब हम आर्थिक दृष्टि से शाकाहार और मासाहार की बहस पर आते हैं, तब पाते हैं कि मासाहार बहुत महंगा पड़ता है। एक मासाहारी २० शाकाहारियों की मुराक पेट में डाल लेता है। पशुओं-से-प्राप्त आहार पर उनकी देख-भाल/मुर्गाक पर जो खर्च होता है वह इतना ज्यादा है कि एक शाकाहारी पर एक मासाहारी घोषक की तरह गुरांता दियायी देता है। जो लोग यह तर्क देते हैं कि दुनिया के सारे लोग शाकाहारी हो जाएँगे तो शाकाहार कम पड़ जाएगा और पशु-मत्तियों की आबादियों समस्या बन जाएँगी, ऐसा नहीं। अर्थशास्त्री माल्पस के अनुसार खाने-पीने की वस्तुओं और जन-संख्या के बीच का सतुलन प्रकृति स्वयं बनाये रखती है। यदि मनुष्य अपनी आबादी को बेरोकटोक बढ़ने देता है तो प्रकृति महामारियों तथा विपदाओं तथा विपदाओं द्वारा उसे सतुलित करती है, इसलिए यह कहना कि मासाहार को शाकाहार के लिए जीवित रखा जा रहा है, तथ्यों का धूर्त संयोजन है। जो आँकड़े आहार-शास्त्रियों और अर्थ-विशेषज्ञों ने आवृत्त किये हैं, उनसे यह सिद्ध होता है कि शाकाहार मासाहार की तुलना में अधिक सस्ता गुणकारी, और मनुष्य की प्रकृति का अनुकूल आहार है।

जब हम आहार की समस्या पर मनोविज्ञान की दृष्टि से विचार करते हैं, तब पाते हैं कि मनोविज्ञानिक दृष्टि से भी मासाहार मनुष्य के स्वाभाविक विकास में बाधाएँ खड़ी करता है। जब कुत्तखानों में पशुओं को गारा जाता है तब वे बोल भले ही न पाते हो, किन्तु अनुभव करते हैं कि यदि उन्हें मौका मिले तो वे अपने हत्यारों के साथ बड़ी सतुक बरे जो वह उनके साथ न रहें। बदला लेने, क्रोध और बैर की यह गाँठ उनके पूरे शरीर में फैल जाती है और मासाहार के साथ उपभोक्ता के शरीर में घुल कर उसे क्रोधी तामसिक और हिंस्र बनाती है। यही कारण है कि आज बा आदमी अधिक बर्बर, झूठ, सुलभकोपी और एक-दूसरे के प्राणों का शत्रु बन गया है। आज बात-बात में एक-दूसरे को मार डालने की धमकी बहुत आम बात हो गयी है। शास्त्रात्मकों की संख्या बढ़ गयी है। एक-दूसरे को धोखा देने और ठगने की घटनाएँ तो अतिसामान्य हैं। ध्यान में रखने पर हम पाते हैं कि आतंकवाद मासाहार, या बढ़ते हुए तामसिक आहार की उपज है। अनुभव से इसे स्पष्ट ही माना जा सकता है कि शाकाहार की तरह में प्यार और सहयोग घटकर हैं, जबकि मासाहार की तरह में हिंसा और क्रूरता का दरिदा दहाकरता है। इस तरह हम देखेंगे कि मनोविज्ञान की नजर में भी मासाहार में व्यक्ति निष्ठा, मददगार और हिनक बनता है और शाकाहार से उसकी कोमल भावनाएँ स्पष्ट होती हैं तथा समाज के बरतन का महान्त प्रबन्धित होता है।

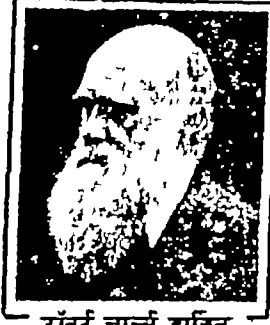
दुनिया का ऐसा कोई सच नहीं है जो जान लेना या हिला करने की अनुमति देता हो। मझार के तारे धर्म गाने बोलने और एक-दूसरे की रक्षा करने की नीति देने हैं।

△ △

विश्व-विख्यात शाकाहारी दार्शनिक वैज्ञानिक साहित्यकार



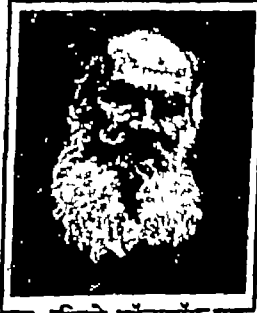
पिरागसु



रॉबर्ट चार्ल्स श्वार्ज



अल्बर्ट आइन्स्टाइन



लियो टॉल्स्टॉय



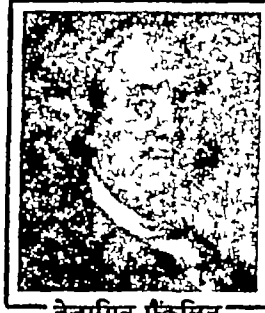
हर्बर्ट जॉर्ज वेल्स



जॉर्ज वनर्डी शॉ



महात्मा गांधी



बेजामिन फ्रैंकलिन



वॉल्टेअर



सर आयजक न्यूटन



लियोनार्डो द विंची



विलियम शेक्सपीयर





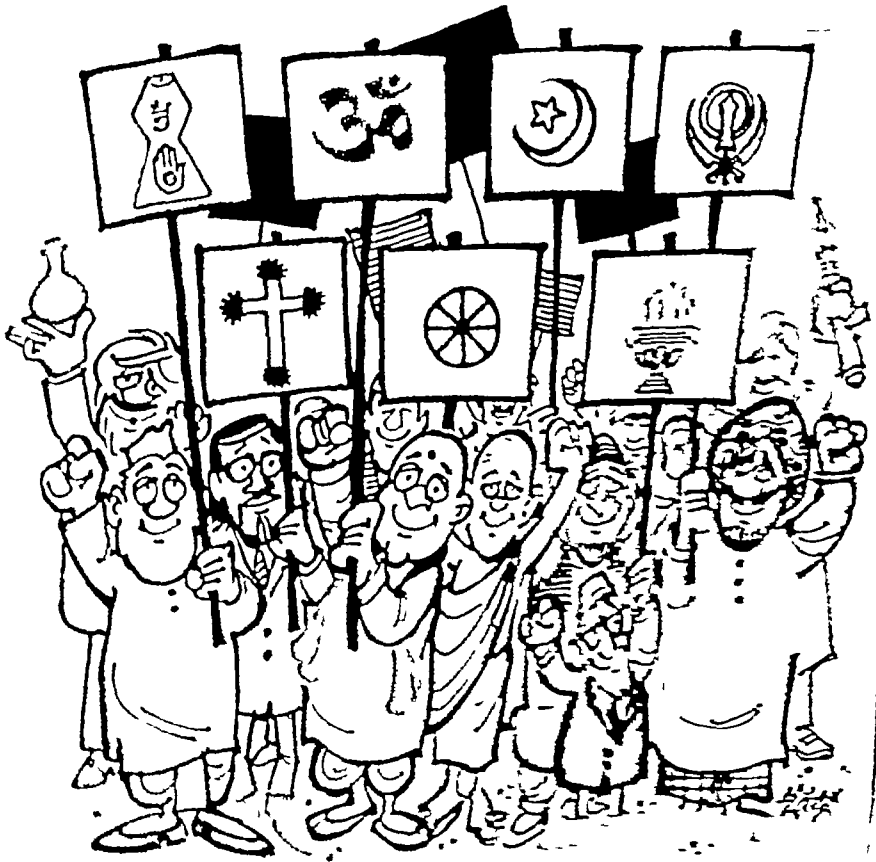
डॉ. नेमीचन्द जैन की बहुचर्चित लोकप्रिय कृतियाँ

| | |
|---|-------|
| वेशाली के राजकुमार तीर्थंकर वर्द्धमान महावीर (परिवर्द्धित, चौथा सस्करण) | १५ ०० |
| बहुआयामी महामन्त्र णमोकार | १५ ०० |
| ओम् १०० तथ्य | ५ ०० |
| जहर अमृत चुनौतियाँ | १० ०० |
| अपरिचय | ५ ०० |
| जैनधर्म १०० तथ्य | ७ ०० |
| जैनधर्म · इक्कीसवीं शताब्दी | ५ ०० |
| जीवन-पीयूष (सामायिक पाठ पद्यानुवाद, विशिष्ट भूमिका-सहित) | २ ०० |
| जिन खोजा तिन पाइयौं (स्वाध्याय, सम्यक्त्व, स्वपर-विज्ञान) | ३ ०० |
| अ-युद्ध पुरुष (बाहुबली-प्रसंग, द्वितीय सस्करण) | ५.०० |
| मानव-सस्कृति के पुरस्कर्ता भगवान् ऋषभनाथ | ५ ०० |
| मेरी भावना (सचित्र, विशिष्ट भूमिका-सहित) | ३ ०० |
| भक्तानर स्तोत्र (सचित्र, मूल, अन्वय-अर्थ, विशिष्ट भूमिका-सहित) | १० ०० |
| पर्युषण उष पान जीवन का (परिवर्द्धित) | ५ ०० |
| एकान्त अपना-अपना अनेकान्त सबका (परिवर्द्धित) | ५ ०० |
| हम अन्धे पाँच अन्धे (परिवर्द्धित) | ५ ०० |
| अहिंसा है हमारी माँ (परिवर्द्धित) | ५.०० |
| अहिंसा का अर्थशास्त्र | ५ ०० |
| प्रणाम महावीर | ५ ०० |
| जैन आहार विज्ञान और कला | ५ ०० |
| वरक मासाहार है | ५ ०० |
| मुखातिब खुद-ब-खुद (बातचीत स्वय-की, स्वय-से) | १० ०० |
| शाकाहार मानव-सभ्यता की सुबह (परिवर्द्धित, द्वितीय सस्करण) | २० ०० |
| शाकाहार-विज्ञान | १५.०० |
| शाकाहार १०० तथ्य | ५ ०० |
| शाकाहार सर्वोत्तम जीवन-पद्धति | २ ०० |
| बेकसूर प्राणियों के खून-मे-सने हमारे ये बर्बर शौक | २ ०० |
| ना बाबा ना | २.०० |
| मासाहार सौ तथ्य | ३ ०० |
| अण्डे के बारे मे १०० तथ्य | २ ०० |
| अण्डा ज़हर-ही-ज़हर | २ ०० |
| अण्डा आपको निगल रहा है | १ ०० |
| कल्लखाने १०० तथ्य | ८ ०० |
| कल्लखानो का नर्क | २ ०० |
| हिंसा कल्ल क्रूरता | ५ ०० |
| १०० अच्छे काम | ५ ०० |

हीरा भैया प्रकाशन

६५ पत्रकार कॉलोनी, कनाडिया मार्ग, इन्दौर-४५२००१ (मध्यप्रदेश)

डॉ. नेमीचन्द



शाकाहारः १०० तश्च

Beta carotene keeps cancer at bay

NEW DELHI, Aug 28 (UNI)

Daily doses of yellow or orange coloured fruits and vegetables can keep the dreaded malaise—cancer—at bay, says a new study

Carrots, oranges and even tomatoes are a good source of the cancer fighter called *beta carotene*. Nutritionists have discovered *beta carotene* to be rich in vitamin 'A' activity which has shown convincing results as an anti-cancer agent

Along with Vitamins C and E *beta carotene*, which converts itself into Vitamin A inside the body, has been recognised as potential fighters of the two most dreaded ailments—cancer and cardio-vascular diseases

Researchers R Manorama and C Rukmani from the National Institute of Nutrition have pointed out that Vitamin A also helps fight blindness apart from its anticarcinogenic nature.

In fact, the US National Cancer Institute recommends a daily dose of six milligrammes of *beta carotene*, which amounts to five or six helpings of fruits and vegetables in a day. This is almost four times the present estimated daily intake of *beta carotene* in an American's daily diet. This recent awareness of the efficacy of *beta carotene* has given a boost—the synthetic variants of the substance

However, most people prefer to take *beta carotene* in its natural form. But the major problem in consuming carotenoids in the form of natural substances is that they are generally not present in high enough concentration. Research is on at several nutritional institutes to ensure that food products with carotenoids are not stripped of it during the processing method

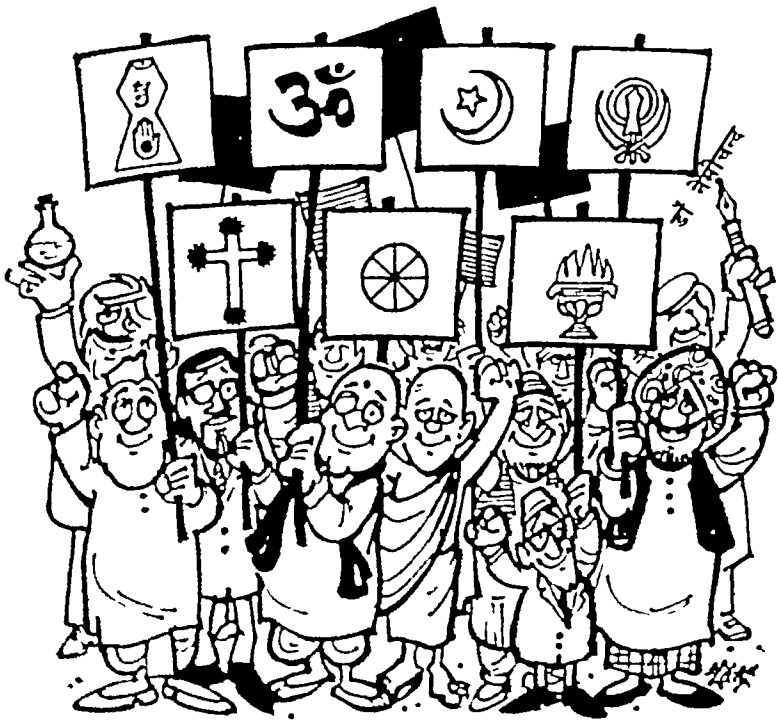
One rich source of carotenoids which can be used daily as food is palm oil. However, in the process of refining palm oil and removing its natural red colour, most of the carotenoids are washed away

Palm oil in its crude form contains 15 times more carotenoids than carrots and 300 times more than found in tomatoes, according to the Malaysian Palm Oil Production Council (MPOPC). It is this high level of carotenoids that gives the characteristic orange-like colour to the crude oil. (Contd on cover-page 3)

बीटा कैरोटीन कैंसर को फासले पर रखता है

पोषण-विशेषज्ञों का निष्कर्ष है कि बीटा कैरोटीन में 'ए' विटामिन काफी सक्रिय रहता है। यह 'सी' और 'ई' विटामिनो के साथ खुद शरीर के भीतर 'ए' विटामिन में बदल कर शरीर की सुरक्षा-पंक्ति को सुदृढ़ बनाता है। गाजर, सतरा और टमाटर इसके अच्छे स्रोत हैं। कैंसर की लड़ाई जीतने में बीटा कैरोटीन की बड़ी महत्वपूर्ण भूमिका सिद्ध हुई है। वस्तुतः अमरीकी राष्ट्रीय कैंसर संस्थान ने प्रतिदिन ६ मिग्रा बीटा कैरोटीन की खुराक अनुशंसित की है। संस्थान के अनुसार इतनी मात्रा दिन में छह बार फल तथा साग-सब्जी ले कर पूरी की जा सकती है। अब प्रायः सभी आहार-शास्त्री यह मानने लगे हैं कि पीले और नारंगी रंग के फल तथा साग-सब्जी कैंसर-जैसे भीषण रोग को एक तर्कसंगत फासले पर रोक सकते हैं। ताड़-तैल (पाम-ऑइल) को कैरोटोनाइड्स का समृद्ध स्रोत माना गया है।

विभिन्न धर्मों के लोग



विभिन्न धर्मों के लोग एक साथ मिलकर प्रेम और शांति का संदेश दे रहे हैं।

दूध आप जानते हैं कि-

- शाकाहार का शब्दाथ ह- 'एसा आहार जो मनुष्य की योग्यताओ का विकास करे और उसे बलशाली तथा पराक्रम बनाये'।
- 'वेजीटेरियन' शब्द लैटिन भाषा के 'वेजीटस' शब्द से बना है, जिसका अर्थ है— 'स्वस्थ, समग्र, समर्थ, विश्वस्त, ठोस, परिपक्व, ताजा'।
- विटामिन 'सी' सिर्फ शाकाहार मे है; वह किसी अन्य आहार मे नहीं है।
- शाकाहार मे कार्बोहाइड्रेट्स होते हैं, जो ऊष्मा के महत्त्वपूर्ण स्रोत तो हैं ही, भोजन को पचाने मे हमारे पाचन-तन्त्र की मदद भी करते हैं। ये आंतो मे सड़ांद पैदा नहीं होने देते।
- विश्व के शक्तिशाली जीवधारी शाकाहारी हैं; उदाहरणार्थ - घोड़ा, हाथी, ऊँट, बैल, गधा, खच्चर आदि।
- मनुष्य के दाँतो की बनावट से यह सिद्ध हो चुका है कि वह बारह लाख वर्ष ईसा पूर्व तक फलाहारी था।
- डॉ. रिचर्ड वर्तमन के अनुसार मस्तिष्कीय सीरोटोनिन (एक शक्तिशाली रसायन, जो मस्तिष्क की तन्त्र-कोशिकाओ को सक्रिय रखता है) की वृद्धि का अचूक उपाय कार्बोहाइड्रेट-युक्त और कम प्रोटीन वाला आहार है।
- प्रकृति ने दूध-की-शर्करा (लेक्टोस) को पचाने के लिए शाकाहारियो के थूक मे 'टाइलिन' नामक पदार्थ की व्यवस्था की है। यह विशिष्ट पदार्थ मासाहारी जीव-जन्तुओ के थूक मे अनुपस्थित है।
- बाइबिल मे 'अक्षत अन्न की रोटी' को ही 'सपूर्ण आहार' कहा गया है। यह रोटी इतनी पौष्टिक होती है कि इसे जीवन-की-लाठी (स्टाफ-की-लाठी (स्टाफ ऑफ लाइफ) कह कर पुकारा जाता है।
- जितनी जमीन मे उत्पादित चावल से ७५ व्यक्तियो का पेट भरना सम्भव है, उतनी जमीन से उत्पन्न गोमास से सिर्फ एक व्यक्ति का पेट भर पाता है।
- शाकाहार किमी भी देश को एक समर्थ/आत्म-निर्भर अर्थ-व्यवस्था उपलब्ध कराने मे समर्थ है।

अब यह निश्चय हो चुका है कि शाकाहार और अहिंसा दो अलग शब्द नहीं हैं, पर्याय शब्द हैं। शाकाहार एक ऐसी जीवन-शैली है जो किसी भी व्यक्ति या समुदाय को शान्त, स्वस्थ, तृप्त और नर्मात्मक रख सकती है। चीनवादी प्रतापवादी का सबसे बड़ा योगदान यह है कि हमें शाकाहार की विशेषताओं को विज्ञान-सम्मत ढंग से प्रस्तुत किया है।

शाकाहार, आज अपनी सूत्रियों के कारण, पूरे विश्व में लोकप्रिय हुआ है। इसकी मार्मिकता और गुणवत्ता को अब अलग से निम्नित करने की आवश्यकता शायद नहीं रही है।

हमारे एक गुप्त कर्षण में शाकाहार पर जो भी पुस्तकें प्रकाश में आयी हैं, उनका रख-रखाव सामान्य-स्तर पर ही है, किन्तु शाकाहार १०० तथ्य का उद्देश्य पूरी तरह से गहनतापूर्वक है। अब हमें शाकाहार की विशेषताओं को ही गहनता से खोजने की कोशिश की जाती है।

हम यह जिन नजरियों में देखें शाकाहार एक चमत्कारिक आहार है, जिसमें जहाँ एक ओर भीषण/जगाध्य रोगों में सफलतापूर्वक जूझने की अपूर्व क्षमता है, वहीं दूसरी ओर मनुष्य को एक चतुर/तीति-सागर नागरिक बनाने का माहा भी है।

अब हम इन पर सामाजिकता की दृष्टि में विचार करते हैं, तब देखते हैं कि शाकाहार मनुष्य में एक विशिष्ट रचनात्मक वृत्ति की मृष्टि करता है, वह भाईचारे और मैत्री की भावना को विस्तार देता है। हमें यह देख सकते हैं कि सत्कार में जितने भी शाकाहारी प्राणी हैं वे सब अपना समाज बना कर जिन्दगी बसर करते हैं, यथा—हाथी, घोड़ा, बकरा, बैल, गाय, हिरण, ऊँट, सरसों, भैंस, बकरी आदि, किन्तु शेर, चीते कुत्ते, गिर्नी आदि अपना समाज नहीं बताते-बुनते, वे एक-दूसरे को देख भी नहीं सकते। निष्कर्ष यह है कि हमें यह देखना है कि हमें भाईचारा विस्तृत हो तो हमें शाकाहार के प्रसार प्रसार के लिए अतिव्यक्त आगे आना चाहिये।

मौजूदा शाकाहार की दृष्टि में भी शाकाहार उपादेय है। वन-उपवन, नदी-पहाड़, पर्वत-समथल में यह-वैदिक काल से यहाँ बला-सृजन कर सकता है, किन्तु किसी वनस्थान में ही या यहाँ शक्ति-कारण विचार या कवि कुछ करना चाहते यह अनुभव है। क्या बलवानों में ही यहाँ शक्ति-कारण करना या शीघ्र समाप्ति — क्या सजेगा? क्या जहाँ मूल के पनाले यह रहने प्रकृति के लाल पहे हो यहाँ यहाँ मूल्य सम्भव है या यहाँ कोई बोलन कष्ट या शाकाहारी अस्वस्थ सजेगा? अस्तुतः शाकाहार का ही सम्भव है, अन्य किसी शाकाहार या यहाँ शक्ति-कारण हो नहीं सकता।

अब हमें अतिव्यक्त का सम्भव है शाकाहार मितव्यय-का-अर्थशास्त्र है। शाकाहार में अतिव्यक्तों के ही यह कोई सुझाव नहीं है। शाकाहार का यहाँ के उत्पादन में जहाँ निम्न-स्तर पर ही सम्भव है यहाँ एक ही शक्ति-कारण (बलि) के उत्पादन में ५६६६ निम्न स्तर पर ही सम्भव है। यहाँ यह किसी शाकाहार की उत्पादन का अतिव्यक्त अतिव्यक्त नहीं है (देखें- ५६६६)। यहाँ यह एक ही शक्ति-कारण में १६६६ यहाँ के ही शक्ति-कारण का सम्भव है।

जबकि इतनी ही जमीन में मात्र १८२५ पौंड गोमांस पैदा करना संभव है (देखें-तथ्य ९९)।

जहाँ नैतिकता का मदर्भ है, शाकाहार अहिंसा और शान्ति का प्रतीक और प्रतिपादक है, इसके विपरीत मासाहार स्पष्टतः कत्ल, क्रूरता, हिंसा और अशान्ति का सूचक है।

ममाजशास्त्र की दृष्टि में जब हम शाकाहार पर दृष्टिपात करते हैं, तब पता चलता है कि जहाँ भी कन्लखानों की संख्या अधिक है, वहाँ आत्महत्याओं की दर भी अधिक है यह बढ़ गयी है। केरल में ७१५ अधिकार-प्राप्त कन्लखाने हैं तथा वहाँ आत्महत्या की दर देश में सर्वाधिक है अर्थात् प्रतिलाख २७३ है, जबकि राष्ट्रीय औसत प्रति लाख ९२ है पंजाब में लायसेमण्डल ८९ कन्लखाने हैं। डेरावस्सी कन्लखाना नया खुला है। हिन्दुस्तान टाइम्स (नई दिल्ली/ २२ ०८ ९५) की एक खबर के अनुसार वहाँ आत्महत्या की संख्या में वृद्धि हुई है। इससे तय है कि शाकाहार तनाव कम करता है और मासाहार विषम/ अशान्त मन स्थिति को जन्म देता है।

एक उपहासास्पद तथ्य यह भी है कि मनुष्य अपनी आवादी को कम करने के लिए फेमिली प्लानिंग (परिवार-नियोजन) जैसे उपाय अपना रहा है, किन्तु 'वध' पशुओं की आवादी बढ़ाने के लिए कृत्रिम गर्भाधान के रास्ते चल रहा है। एक ओर उसका आरोप है कि यदि मासाहार बढ़ हो जाएगा तो पशुओं की आवादी ब्रेतहाशा बढ़ जाएगी, दूसरी ओर वह पशु-संवर्द्धन (एनीमल हस्वैड्री) के नाम पर पशुओं की आवादी लगातार बढ़ा रहा है।

जब हम मासाहार के लिए उत्पादित/उपभुक्त पशुओं के आँकड़ों की समीक्षा करते हैं तब हमारी आँखें खुली-की-खुली रह जाती हैं। वर्ष १९९१ में सिर्फ अमेरिका ने मासाहार के लिए ६ अरब पशुओं का कत्ल किया था। इस कत्ल में पौल्ट्री का आँकड़ा शामिल नहीं है यदि हम पूरी दुनिया में हुए पशु-वध का आँकड़ा प्राप्त करेंगे तो यह संख्या ५० गुण अधिक होगी अर्थात् ३०० अरब।

हिंसा की इस भयावह/ व्यवस्थित/ सुसंगठित शक्ति को देख कर शाकाहार की भूमिका और अधिक अहम हो जाती है और लगने लगता है कि यदि शाकाहार की ओर लोगों का ध्यान आकृष्ट नहीं हुआ तो यह दुनिया जीता-जागता दोषख बन जाएगी।

इन्दौर ११ सितम्बर १९९५

- डॉ० नेमीचन्द्र

संपादक 'शाकाहार-क्रान्ति'

शाकाहार : १०० तथ्य

'शाक' शब्द संस्कृत की 'शक्' धातु से बना है, जिसका अर्थ है— योग्य होना, समर्थ होना, सहन करना। 'शक्' धातु 'शक्नोति' आदि रूपों में चलती है। इसी में शक्ति, शक्त, शक्तिमान् इत्यादि शब्द बने हैं। 'शाक' शब्द का अर्थ है — बल, पराक्रम, शक्ति, एवं 'शक्त' शब्द के मायने हैं— योग्य, लायक, ताकतवर। इस तरह 'शाकाहार' का वाच्यार्थ हुआ 'ऐसा आहार, जो मनुष्य की योग्यताओं का विकास करे और उसे बलशाली तथा पराक्रमी बनाये'। यह अर्थ आज दिया हुआ नहीं है वरन् शताब्दियों से गंगा-यमुना-सिन्धु-सरस्वती-ब्रह्मपुत्र-ताप्ती-कावेरी के जल में बहता चला आ रहा है।

'वेजीटेरियन' शब्द लैटिन भाषा के 'वेजीटस' शब्द से जन्मा है, जिसका अर्थ है — स्वस्थ, समग्र, समर्थ, विश्वस्त, ठोस, परिपक्व, जीवन्त, ताजा। प्रामोमी का 'वेजीटेबिल' शब्द परबर्ती लैटिन के 'वेजीटेबिलिस' शब्द का विकास है, जिसके मायने हैं — 'जीवन-संचारक, अतः जीवन-से-भरपूर'। मूल लैटिन का शब्द 'वेजीटेरे' है, जिसका अर्थ है— 'अनुप्राणित करना, गति देना'। प्रामोमी में 'वेजीटेबिल' का अर्थ है 'जीने-में-समर्थ'। वेजीटम (जीवन), विजिलेट (जीवन, सावधान) इत्यादि शब्द भी वेजीटेरियन शब्द से किमी-न-किमी रूप में संबद्ध हैं। इन शब्दों से शाकाहार की विशेषताओं की याह सहज ही मिल जाती है।

शाकाहार सिर्फ आहार नहीं है, एक सुविकसित चिन्तन/जीवन-पद्धति है। यह एक परिपूर्ण जीवन-शैली (लाइफस्टाइल) है, जो सदियों के अनुभवों के बाद अस्तित्व में आयी है। इस जीवन-पद्धति के मातृ नियन्त्रक तन्त्र हैं अहिंसा, वरुणा, मानवीयता, सह-अस्तित्व, प्रकृति-से-मैत्री, स्वास्थ्य/सहनता और स्वाधीनता।

हिन रिचर्ड का पहला शब्द शान्ति है, उसका नाम शाकाहार है। शाकाहार का शा शान्ति का परिचायक है प्रतिनिधि है। वा शान्ति का शान्ति का संकेत है। शाकाहार का मतलब ही है कि हम जीवन में नयी चीजों को जन्म दे। हमसे हमसे हमसे हमसे। हम पर हम न लगने दे। हमारी शान्ति हमसे बनने। हाँ हाँ का प्रतीक है। हाँ का अर्थ



स्नेह और सुकोमलता है। स्नेह परस्पर-प्रीति का परिचायक शब्द है और सुकोमलता, यानी अहिंसा का नुमाइदा। 'र' प्रतिनिधि है रसा और रक्षा का। रसा धरती का नाम है। जिसमें तमाम रस है, वह रसा है। 'इस रसवन्ती को हम कोई क्षति नहीं पहुँचायेगे, उसकी हर धडकन की रक्षा करेगे, उमें सलाम करेगे' इस/ऐसे शुभ मकल्प का नाम है शाकाहार। इस तरह शाकाहारी जीवन-पद्धति के क ख ग घ हैं— शान्ति, कान्ति, हार्द, और रक्षा।

५. विटामिन 'सी' मात्र शाकाहार में है, वह किसी अन्य आहार में अनुपस्थित है। विख्यात चिकित्सक डॉ क्लेनर ने विटामिन 'सी' को अमृत-तुल्य निरूपित किया है। उनका कहना है कि ऑटोमोबाइल्स के डम युग में विटामिन 'सी' कार्बन मोनोक्साइड-जैसे खतरनाक जहर के लिए एक मुदृढ़ कवच बन सकता है। यह हमारे खून में

नगातार-मगीक-हो-रहे विष में हमारी रक्षा करता है। इसके प्रमुख स्रोत हैं - अंबला, अमरुद, मतरा, मौमन्वी, टमाटर, हरी मिर्च, पालक, फूलगोभी जत्यादि।

शाकाहार में कार्बोहाइड्रेट्स होते हैं, जो ऊष्मा के महत्वपूर्ण स्रोत तो हैं ही, भोजन पचाने में हमारे पाचन-तन्त्र की मदद भी करते हैं। ये आंतों में मर्दाद पैदा नहीं होने देते, यही कारण है कि ज्यादातर शाकाहारी रब्ज की शिकायत नहीं करते। भारत सरकार की हैलथ बुलेटिन क्र २३ के अनुसार ये गेहूँ के आटे, बाजरा, ज्वार, जौ, मकई, चावल, मूंग आदि में सर्वाधिक होते हैं। कार्बोहाइड्रेट्स कैसर-जैसी जानलेवा बीमारी से आंतों की रक्षा करते हैं।

हमारे आहार में प्रोटीन की एक महत्वपूर्ण भूमिका है, किन्तु उसे अधिनाधिक पाने की मनक में जहाँ मनुष्य ने अपना स्वास्थ्य खतरे में गाल दिया है, वही उसने दूसरे-की-रोटी, और उसके पोषक तत्वों पर भी हमला किया है। बहुत कम लोग जानते हैं कि जब हमारे पाचन-तन्त्र पर प्रोटीन का अधिक बोझ पड़ता है, तब 'डी-रेमीनाइजेशन' की प्रक्रिया-द्वारा शरीर को उसे पचाने या बाहर फेंकने के लिए अतिरिक्त कैमोग्रिया जुटानी पड़ती है। ऐसे में लाभ की जगह नुकसान ही अधिक होता है। प्रोटीन का गणित बहुत आसान और साफ-सुथरा है। प्रत्येक व्यक्ति को अपने वजन के अनुपात में प्रोटीन की मात्रा अपने आहार में समायोजित करनी चाहिये— वजन एक किलोग्राम, प्रोटीन एक ग्राम। एक वयस्क को, फिर वह चाहे हल्का-से-हल्का या भारी-से-भारी काम करता हो ५५ ग्राम प्रोटीन प्रतिदिन जरूरी होता है।

विश्व के शक्तिशाली जीवधारी शाकाहारी हैं, उदाहरणार्थ - घोड़ा, हाथी, ऊँट, बैल, गधा, मत्तन आदि। ये मेहनतवश पशु हैं, जो सदियों में मानव-समाज की सर्वोत्तम सेवा कर रहे हैं। घोड़ा तो इतना बलशाली है कि मनुष्य ने उसकी शक्ति को मानक मान कर अन्य शक्ति-जनों की क्षमताओं निर्धारित की हैं। यह शक्ति-माप हॉर्म-पावर (एवर्स) के नाम से जाना जाता है।

हमारे घट पर आज से ३ अर्ब ५० करोड़ वर्ष पूर्व जीवन की मूलजान थी। प्राकृतिकों का पुराना टायनासोफ जो आज से ६० करोड़ वर्ष पूर्व पर पर अस्तित्व में था शुद्ध शाकाहारी (वृन्मोजी) था, किन्तु समयान्तर में एक अदभुत प्राकृतिक प्रयोग के कारण आज से ८० करोड़



वर्ष पूर्व उसकी प्रजाति लुप्त हो गयी। इस भीमकाय जीवधारी के जीवाश्म उपलब्ध हैं।

१०. समाजशास्त्रियों का कथन है कि अहिंसा-की-अनुभूति उतनी ही प्राचीन है जितनी नदियाँ, पहाड, सघन वन, झरने, घाटियाँ, तलहटियाँ और मनुष्य के दाँतो-की-चबाने-की-प्रथम-पर्त। मनुष्य के दाँतो की सतह इस तथ्य की सुबूत है कि वह सदा से अहिंसा मे आस्था रखता आया है, हिंसा-रक्तपात मे उसका कोई विश्वास नही रहा है। जॉन हॉपकिन्स यूनिवर्सिटी के नृतत्वशास्त्री डॉ आलन वाकर का निष्कर्ष है कि मनुष्य के पूर्वज मासाहारी नही थे। वे सर्वभक्षी भी नही थे। वस्तुत वे उन फलो से अपना उदर-भरण करते थे, जो स्वयम्भू थे। फसलो का आविष्कार तब नही हुआ था। डॉ वाकर की खोज अत्यन्त विस्तृत और खुर्दबीनी विश्लेषण पर आधारित है। उन्होने मनुष्य की दन्त-रचना का एक करोड बीस लाख वर्षों के काल-पटल पर विस्तृत/सूक्ष्म अन्वेषण किया और निष्कर्ष लिया कि वह बारह लाख (१२,००,०००) वर्ष ईसा पूर्व तक फलाहारी था।
११. इसे चमत्कार कहा जाए या वास्तविकता, कि शाकाहार अमोघ/अटूट शक्ति का स्रोत है। ताइवान की एक विश्वसनीय खबर के अनुसार वहाँ के काओसियुग जिले (काउटी) के शेशुइ ग्राम मे साचिया कुगचेग मंदिर के

पीले की गुफा में बौद्ध भिक्षु पु चाओ का ग्यारह वर्ष पुराना शव आज भी ज्यों-ना-त्यों सुरक्षित है। उसकी मांस-पेशियों में यथापूर्व लोच है और उनमें दर्शनार्थी ह्राय मिला सकते हैं। शव में न कोई दुर्गन्ध है और न कोई मडौंध। श्री चाओ ९३ वर्ष जिये। उनके शिष्यों का कथन है कि उनके केश अभी भी बढ़ रहे हैं। उनके शरीर पर कोई लेप नहीं किया गया है। वे बौद्ध जीवन-शैली के सर्वोत्तम अनुगामी थे। उनके बारे में प्रमुख तथ्य यह है कि वे आजीवन पेड़ों-की-पत्तियों तथा वर्षा-के-जल पर रहे। यही उनका आहार-पानी था। वे कट्टर शाकाहारी थे।

समपूर्ण योग-विद्या की नींव अहिंसा है। महर्षि पतंजलि ने 'योग-दर्शन' में ५ गम और ५ नियम दिये हैं। ये हैं अहिंसा, मत्स्य, अस्तेय, ब्रह्मचर्य, अपरिग्रह (गम)। शौच, मतोष, तप, स्वाध्याय, ईश्वर-प्रणिधान। (नियम)। योग में अहिंसा सर्वोपरि है, उसके बगैर योगाभ्यास असंभव है। ध्यान रहे अहिंसा और शाकाहार पर्याय शब्द हैं।

'शाकाहारियों का अच्छा स्वास्थ्य उनके आहार का परिणाम है'- यह विचार बर्लिन वेजीटेरियन स्टडी (अध्ययन) की जाँच-पड़ताल का है। जर्मन स्वास्थ्य दफ्तर के सामाजिक औषध और महामारी विज्ञान संस्थान (एन्टीट्यूट ऑफ सोशल मेडिसिन एंड एपीडीमिओलॉजी) ने १९८५ में उपर्युक्त अध्ययन शुरू किया था। अध्ययन के अनुसार शाकाहारियों का अनुमानित स्वास्थ्य उनके मांस न खाने और मोटे रेशे वाले तथा कम सोल्टेबल वाले अन्न-उत्पादनों के लेने का परिणाम है। (जर्मन समाचार, २२२२ (१९९१))।

मनुष्य की आँते शाकाहार के लिए है। उनकी संरचना मनुष्य की बौद्धिक और भौतिक बनावट की संगति में हुई है। वे आँते आगे-पीछे/टिढ़े-मंडे कई मोड़-मरोड़ लेती हैं। ये कोलेस्टेरोल और वसा को नियंत्रित रखने में असमर्थ हैं। इन दोनों का अतिभोग किसी भी गंभीर रोग का कारण बन सकता है। अतः शाकाहार के माध्यम से उन्हें पाच्य पदार्थ को आगे टेलने के लिए तन्तुओं (फाइबर/फाइबर) की जरूरत होती है। शाकाहार वैशा-युक्त आहार है, जो मनुष्य-जी-भोजी के सर्वोत्तम अनुसूप है।

इसका मतलब है कि मांस खाने को ही नहीं बल्कि हिंसा को भी अच्छा नहीं माना है। इस के अभाव में एक बरने के दाँते में जो बिधान है, वह मानवों में मौजूद बरने का कारण है। जब कोई व्यक्ति एक बरने जता है तब वह इहगम (हिंसा पर बिधान का संकेत) को बर जता है और उद तक एक मनुष्य नहीं हो

जाती वह उसे बाँधे रहता है। इहराम की स्थिति में हज करने वाले को पूर्ण ब्रह्मचर्य का पालन करना होता है। इस स्थिति में न तो वह किसी पशु-पक्षी को मार सकता है और न ही किसी जीवधारी पर ढेले से वार कर सकता है, यहाँ तक कि वह घास भी नहीं नोच सकता। वह किसी हरे-भरे वृक्ष की टहनी/पत्ती भी नहीं तोड़ सकता। इस तरह हज करते वक्त अहिंसा के परिपूर्ण पालन का स्पष्ट विधान है।

१६. इस्लाम के पवित्र तीर्थ मक्का-स्थित कस्बे के चारों ओर कई किलोमीटर के घेरे में किसी भी पशु-पक्षी के कत्ल की मनाही है तथा हज-की-अवधि में हज करने वाले के लिए मद्य-मास का सर्वथा त्याग भी जरूरी है। इस्लाम में आध्यात्मिक साधना के दौरान मासाहार पूरी तरह वर्जित है। त्याग की इस स्थिति को तर्क हैवानात (जानवर से प्राप्त वस्तु का त्याग) कहा गया है।
१७. यूनानी दार्शनिक और गणितज्ञ पायथागॉरस (५८२-५०० ई पू) के शिष्य रोमन कवि सैनेका जब शाकाहारी बने तब उन्हें सुखद और आश्चर्यजनक तजुर्बा यह हुआ कि उनका मन पहले से अधिक स्वस्थ, शान्त, सावधान और समर्थ हो गया है।
१८. महान् वैज्ञानिक अल्बर्ट आइन्स्टाइन (१८७९-१९५५) विशुद्ध शाकाहारी थे। वे कहा करते थे कि शाकाहार का हमारी प्रकृति (फितरत) पर गहरा प्रभाव पड़ता है। यदि पूरी दुनिया शाकाहार को अपना ले तो मनुष्य का भाग्य पलट सकता है।
१९. जॉर्ज बर्नार्ड शॉ (१८५९-१९५०) एक बार बहुत बीमार पड़ गये। चिकित्सको ने सलाह दी कि वे अण्डा खाये और मास-का-शोरबा पिये अन्यथा वे जल्दी ही मर जाएँगे। शॉ पूरी तरह शाकाहारी थे। उन्होंने राय मानने से इकार कर दिया।
२०. पश्चिमी दुनिया के सर्वप्रथम शाकाहारी ल्योनादो-दा-विन्सी (१४५२-१५१९, इटालवी कलाकार एवं वैज्ञानिक, शिल्पी और शरीर-विज्ञानी, चित्रकार तथा कवि, दार्शनिक एवं गणितज्ञ) पिंजरो में कैद पक्षियों को खरीद कर पिंजरे खोल दिया करते थे। वे कहा करते थे कि यदि मनुष्य स्वाधीन रहना चाहता है तो फिर वह पशु-पक्षियों को बंदी क्यों बनाता है?
२१. तमाम सूफी सन्त शाकाहारी थे। वे घूम-घूम कर शाकाहार का प्रचार-प्रसार करते थे। सेवन्थ डे एडवटिस्ट्स (ईसाइयो का एक वर्ग)



मानगहारी है। मिक्स-गुरुद्वारो मे लग मे

नन

पाती, फलत कब्ज हो जाता है। कब्ज को रोगो की खान कहा गया है। ताजा आँकड़ो के अनुसार आस्ट्रेलिया में प्रति व्यक्ति प्रति वर्ष १३० किलोग्राम गोमास (बीफ) की खपत है, अतः सहज ही कैसर-पीडितों की संख्या अधिक है। आहार-मे-तन्तुओं की अनुपस्थिति में एपीडिसाइटीज़ तथा हेमोराइड्स जैसी बीमारियाँ सामान्यतः हो जाती हैं।

२५. दिल्ली के सुप्रसिद्ध चिकित्सक प्रो. एन. एस. पी. वर्मा के अनुसार शाक-सब्जियों के रेशे मधुमेह (डायबीटिज़) से बचाव के लिए उपयोगी हैं। मधुमेह से अप्रभावित रहने के लिए डॉ. वर्मा की सलाह है कि अधिक शाक-सब्जियाँ तथा बगैर पॉलिश के अनाज खाने चाहिये। संपूर्ण चयापचय की दृष्टि से मधुमेह अधिक कैलोरियो से होने वाला रोग है न कि अधिक कार्बोहाइड्रेट्स से। मोटापा अग्न्याशय (पैक्रियाज़) से नहीं बल्कि यकृत (लिवर) की निष्क्रियता से बनपने वाली विकृति है।

२६. शाकाहार विषमुक्त आहार है। मासाहार मासाहारियों के पेट में नाना प्रकार के ज्वर व्यर्थ ही ठँस देता है। जब किसी पशु का कत्ल होता है और जब वह मौत-से-जूझने के भीषण क्षणों से गुजरता है तब उसमें एपीनेफ्रिन (एड्रीनेलिन), नॉर एपीनेफ्रिन, स्टैराइड्स तथा अन्य रसायन, जो प्राकृतिक विष हैं, उत्पन्न हो जाते हैं। ऐसे पशुओं का मास किसी भी तरह खतरे से खाली नहीं है।

२७. शाकाहार के उत्पादन में जितनी ऊर्जा खर्च होती है, उसके सही और सतुलित उपभोग में-से उससे कई गुना ऊर्जा मिल जाती है। मासाहार में यह गणित उलट जाता है। उसके उत्पादन में जितनी ऊर्जा लगती है, अनुपाततः उससे बहुत कम लौटती है। ध्यान रहे शाकाहार धनात्मक और भांसाहार ऋणात्मक आहार है।

२८. हिसाब लगाया गया है कि यदि अमेरिका-वासी मास का उपभोग १० प्रतिशत कम कर दे अर्थात् शाकाहार का इतना छोटा-सा प्रतिशत अपने आहार में जोड़ ले तो दुनिया के १० करोड़ लोगों को भोजन मिल सकता है।

२९. द. न्यू वैमिक फूड ग्रुप्स-१९९१ (फिजीशियन्स कमिटी फॉर रिस्पॉन्सिबल मेडीसिन) ने निम्नांकित प्राथमिकताओं के साथ इस आहार-समुदाय का अनुमोदन किया है- १. मावुत अनाज, २. साग-सब्जी, ३. फलियाँ ४. फल।

○ मावित हो चुका है कि शाकाहार के उत्पादन में किसी भी प्रकार की



कोई फिजूलखर्ची नहीं है, जबकि मासाहार के उत्पादन में इतना अपत्यय होता है कि विकसित देशों को मास मुहैया कराने में कई वित्तीय देश भ्रमणों के शिकार होने लगे हैं, अतः यह आरोप संपूर्ण सत्य है कि यदि दुनिया के नमाम मासाहारी आकाहार करने लगे तो आवाहनी भूमि भ्रमणें लगेगीं। गवाह है ये आंकड़े—

एक पीट आवाहान के उत्पादन में सामने अतिरिक्त पीट अवाज या सोया लग जाता है

| | | | |
|-------------|--------|----------|-------------------|
| गोमास | एक पीट | नौलक पीट | (अनाज या नोयावीन) |
| मुअर का मास | एक पीट | छट पीट | (अनाज या नोयावीन) |
| रबी का मास | एक पीट | चार पीट | (अनाज या नोयावीन) |
| एक अउरे | एक पीट | तीस पीट | (अनाज या नोयावीन) |

विश्व के वा अभिमत है कि यदि अमरीकी १० प्रतिगत आवाहान की जरूरतें लगे तो १ प्रतिगत, ५० प्रतिगत अधिक करने लगे तो १० प्रतिगत पीट यदि अनाज-प्रतिगत आवाहान करने लगे तो वे अवाज की १० प्रतिगत अवाजों को टाल सकते हैं।

एक ही अवाजों के अवाजों को लिए आवाहानियों के एक में अवाजों के अवाजों की अवाजों की है। यह विनिगट अवाजों अवाजों की अवाजों के एक में अवाजों अवाजों है। आवाहान

प्राणियों के दूध में 'लेक्टव' (दुग्ध-शर्करा) भी नहीं होता, जबकि शाकाहारियों के दूध में यह पाया जाता है।

३३. वैज्ञानिकों ने अब इस तथ्य को पूरी तरह स्वीकार कर लिया है कि हम जो कुछ खाते हैं वह 'सीरोटोनिन' (एक शक्तिशाली रसायन, जो मस्तिष्क की तन्त्र-कोशिकाओं को सक्रिय रखता है) के माध्यम से प्रत्यक्ष और लगभग तुरन्त हमारे मस्तिष्क, हमारी निद्रा, यौन वृत्ति, भूख, तथा अन्य प्रकार के व्यवहार को नियन्त्रित करता है। डॉ. रिचर्ड वर्तमन के अनुसार मस्तिष्कीय सीरोटोनिन की वृद्धि का अचूक उपाय उच्च कार्बोहाइड्रेटयुक्त और कम प्रोटीन वाला आहार है।

३४. कर्नल कर्कब्राइड ने अपनी बहुचर्चित पुस्तक हमारा भोजन और विश्व-शान्ति में लिखा है कि 'शाकाहारी पशु-पक्षी स्वभाव से ही जीवन के कल्याणकारी पक्ष की ओर प्रवृत्त पाये जाते हैं। क्षमा, सहिष्णुता, परदुःख-मोचन आदि गुण उनमें अनायास ही विकसित रहते हैं। मैंने तो देखा है कि हृदय-के-वैभव में कभी-कभी तो ये मनुष्यों को भी पराजित करते हैं। मैंने दूध और अनाज पर बाध पाले हैं और पाया है कि मासाहार-के-बगैर भी ये वर्षों जीवित रहे और उनके स्वभाव पूरे बदल गये, लेकिन मासाहारी पालतू बाघों की प्रवृत्तियों को मैं हजार प्रयत्न करने पर भी नहीं बदल सका। वे मेरी ट्रेनिंग के बावजूद नव्वे प्रतिशत हिंसक एवं बर्बर ही रहे।'

३५. वनस्पति-जनित आहार में दीर्घजीविता-के-तत्त्व विद्यमान है। वृक्ष स्वयं इसके जीते-जागते उदाहरण हैं। ऐसे अनेक वृक्ष हैं, जो हजारों वर्ष से ज्यो-के-त्यो खड़े हैं। कुरुक्षेत्र (हरियाणा) का ज्योतिसर-स्थित वटवृक्ष लगभग पाँच हजार वर्षों से यथावत है। आस्ट्रेलिया के क्वीन्सलैंड नगर में ससार का सबसे पुराना वृक्ष है। 'मेक्रोजामिया' जाति का यह वृक्ष है तो सिर्फ २० फुट ऊँचा, परन्तु इसकी उम्र बारह हजार साल है। इस वृक्ष ने मनुष्यों को जगली जीव के रूप में भी देखा है और सम्य नागरिक के रूप में भी। मनुष्य की सैकड़ों पीढ़ियों ने इस वृक्ष के नीचे विश्राम किया है और पता नहीं, भविष्य में कितनी सदियों तक यह वृक्ष अपने पास आने वालों को इसी प्रकार छाया प्रदान करता रहेगा।

३६. सुप्रसिद्ध पाँप गायिका मेडोना शाकाहारी है। इसी तरह माइकैल जैक्सन, तथा इसी पक्ति में है विश्व के दमखमी, मद्धम और खूब

सफल खिलाड़ी, जैसे माटिना नवरातिलोत्रा। ये सब किन्हीं मजहब या जाति की बजह से शाकाहारी नहीं है अपितु इनका विश्वास है कि शाकाहार जीवन को स्वस्थ और बेहतर गुणवत्ता प्रदान करता है, वह जीवन के सभी रूपों के प्रति सम्मान-का-भाव जगाता है, तथा वह शरीर रेशों द्वारा गरीब मुल्तों के शोषण को नकारता है।

यह धारणा, कि शाकाहार में आवश्यक अमीनो एसिड्स नहीं हैं, अतः शाकाहार जम्हरी है, अब पूर्णतः झूठी साबित हो चुकी है। इस दृष्टि से नागियल-ता-यानी सर्वोत्तम सिद्ध हुआ है। इसमें आर्जिनिन, हिस्टीडिन, लायसिन, ट्रिप्टोनिन, फेनीलेलेनिन, टायरोसिन, मेथियोनिन, क्रिस्टिन, प्रिप्रोनिन, ल्यूसिन, आरगोल्फूनिन और वेलिन अमीनो सहज और सन्तुलित मात्रा में उपलब्ध है।

स्ट्रेन के ५० प्रतिशत परिष्कृत युवा न केवल शाकाहारी है, वरन् वे शाकाहार का अनिवार्य भी मानते हैं। सर्वेक्षणों की भविष्यवाणी है कि



मुदा आहार (टेट फूड) की श्रेणी में आता है, अतः दुनिया-भर के लोगों ने अब इस मर्चाई को मानना शुरू कर दिया है कि जो जितना अधिक मामाहार करता है, वह उतना अधिक हृदयाघात (हार्ट-अटैक), अम्लता (एसिडिटी), अतिस्राव (हायपर-टेशन) और यहाँ तक कि बीमर के नजदीक भी होता जाता है। विश्व-भर से प्राप्त शोधों में अब यह बिलकुल स्पष्ट हो गया है कि भलीभाँति सतुलित मात्राहार ही स्वास्थ्यप्रद जीवन का एकमात्र उपाय है।

मात्राहार के उत्पादन में जल की कम-से-कम खपत होती है। उदाहरण के लिए प्रस्तुत है कैलीफोर्निया के ये आँकड़े—

| एक पाँच | गैलन/जन | एक पाँच | गैलन/जन |
|---------|---------|--------------|---------|
| टमाटर | २३ | अगूर | ७० |
| आम्र | २४ | दूध | १३० |
| गाँ | २५ | अण्डे | ५४४ |
| गानर | ३३ | चूजे | ८१५ |
| गेवपाल | ४९ | सूअर-का-मांस | १६३० |
| गावरा | ६५ | गोमांस | ५२१४ |

उपरोक्तोक्त है कि यदि कोई व्यक्ति हफ्ते में पाँच बार ५-५ मिनट कच्चा-मना करे तो प्रतिदिन २० गैलन जल के हिसाब से हफ्ते-भर में १०० गैलन जल का उपयोग करेगा अर्थात् पूरे वर्ष में ५,२०० गैलन जल। इसका मतलब यह हुआ कि एक पाँच मात्रा के उत्पादन में जितना पानी लगता है उससे कम में एक व्यक्ति आराम से पूरे वर्ष जल कर सकता है।

लामा विश्व यूनिवर्सिटी (अमेरिका) स्थित स्वास्थ्य अनुसंधान केन्द्र के विशेषज्ञ डॉ. नेरी प्रेंडर ने कहा है कि ताजा अण्डाजन इस बात का सबूत देते हैं कि बादाम, बाजू, पिस्ता, अमरगोट आदि में बीटा कैरोटिन, विटामिन ई और विगोपी आँकनीकर (एटी-आँकनीडैट्स) होते हैं जो बीमर से रक्षा कर सकते हैं।

अमल-स्थित 'अन्टिबैरि प्रिजर्वेशन एंड एक्सचेंज ट्रस्ट', जो आहार, वास्तव्य और कृषि की मानविय परम्पराओं की रक्षा और उनके आधुनिक विविधता के लिए समर्पित है, ने एक नये भूमध्यसागरीय आहार शक्ति का प्रतिपादन किया है, जिसे भूमध्यसागरीय आहार शक्ति का नाम दिया गया है। निम्नलिखित है— दूध की निम्नलिखित

(नट्स), अच्छा स्वास्थ्य, भूमध्यसागरीय आहार। उक्त आहार मे गिरियो के पोषण-सबन्धी लाभो पर जोर दिया गया है।

४८. रेस्त्राँ एड होटल गाइड्स (हैस-नीत्श-वर्लाग, वर्वान्तर स्ट्रीट, ११२ डी-५२५२५, वाल्डफ्यूक्ट) ने 'यूरोपियन वेजीटेरियन गाइड' प्रकाशित की है। जिसमे १८ यूरोपीय देशो के २,००० रेस्त्राँ के त्रिभाषिक विवरण दिये गये है।
४९. एक दशक पूर्व नीदरलैंड की १५ प्रतिशत आबादी शाकाहारी थी, जब कि आज वहाँ ५ प्रतिशत आबादी शाकाहारी है, अर्थात् पहले १,४६,८९,००० की कुल जनसख्या मे मे २,२०,३३५ लोग शाकाहार करते थे, अब ७,३४,४५० लोग शाकाहारी है। नीदरलैंड मे ईसाई धर्म प्रचलित है।
५०. गेलप पोल अनुमान के अनुसार यू के (यूनाइटेड किंगडम) मे हर हफ्ते ३ हजार लोग शाकाहारी बन जाते है। यह सख्या उन २५ लाख लोगो के अतिरिक्त है, जो शाकाहारी है और यू के की कुल जनसख्या (५,६६,४८,०००) के ४ प्रतिशत है, अर्थात् यू के मे २२ लाख ६५ हजार ९२० लोग शाकाहारी है।
५१. ७३ देश विश्व शाकाहार कांग्रेस (वर्ल्ड वेजीटेरियन कांग्रेस) के सदस्य है। रूस ने नवीनतम सदस्यता ग्रहण की है।
५२. पूर्व जैन मुनि श्री चित्रभानु द्वारा संचालित न्यूयॉर्क-स्थित 'अन्तर्राष्ट्रीय जैन ध्यान केन्द्र' (जैन मेडीटेशन इंटरनेशनल सेटर) के आज मे २१ वर्ष पूर्व मिर्फ ३५ सदस्य थे। आज यह सख्या २५,००० है। ये सब शाकाहारी है। मयुक्त राज्य अमेरिका (यू एम ए) मे डेढ करोड शाकाहारी है। उक्त आंकडा यू एम ए की कुल जनसख्या (२४,९१,००,०००) का ६२ प्रतिशत है।
५३. यू के मे शाकाहारियो की सख्या लगातार बढ़ रही है, फलस्वरूप उनके मार्गदर्शन के लिए निर्देशिकाएँ (गाइड्स) निकालना जरूरी हुआ है। लन्दन-स्थित शाकाहारी भोजनालयो/उपाहार-गृहो की एक मपूर्ण जेबी गाउट प्रकाशित हुई है। द क्वैल्टी-फ्री गाइड टू लन्दन पुस्तिका मे २५० जगहो, जिनमे १३० रेस्त्राँ है, का परिचय दिया गया है। पुस्तक लन्दन के पुस्तक-विप्रेताओ मे ८५९, पोड (लगभग २५० रु) मे उपलब्ध है। डाक-ड्राग टमे 'क्वाल्टी-फ्री लिविंग, १२६ चर्च फील्ड रोड, लन्दन डब्ल्यू ३६ चौगंग मे प्राप्न किया जा सकना है।



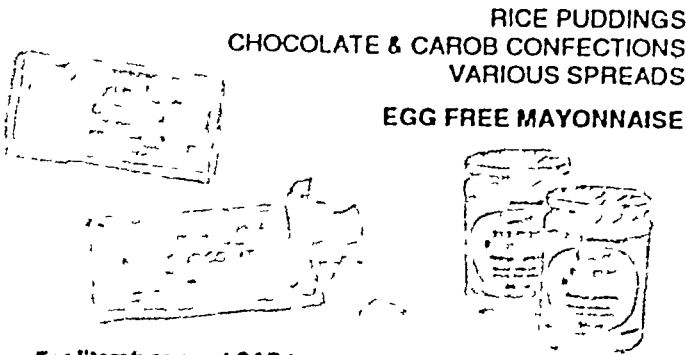
- ५४ शाकाहार के प्रभाव और विस्तार को ध्यान में रख कर अब बर्जर किंग (फास्ट फूड चैन) भी 'वेजीटेरियन बर्जर' बनाने लगा है। पिज्जा हट्स को भी शाकाहारी पनीर (रेनेट-मुक्त चीज़) बनाने पर विवश होना पडा है। अब वह 'शाकाहारी पिज्जा' बनाता है।
- ५५ जीनेसिस (१२९) में परमात्मा ने कहा है कि 'देखो, मैंने पृथ्वी पर तुम्हें ऐसी शाक-सब्जियाँ दी हैं, जो बीज धारण करती हैं। प्रत्येक वृक्ष, एक बीज उत्पन्न करने वाले वृक्ष की परिणति है। यही मनुष्य का आहार है।'
- ५६ 'द कसेप्ट ऑफ वेजीटेरियनिज़्म' (गोस्पेल, ओ ओ ओबु, पृ ३-४) में कहा गया है कि ऐसा कभी नहीं हुआ कि परमात्मा ने मनुष्य को पक्षियो, पशुओ अथवा टिट्टो को मारने और खाने का निर्देश दिया हो। परमात्मा का आदर्श वाक्य है- जियो और जीने दो। केचुओ की अपनी दुनिया है, पक्षियो की अपनी। परमात्मा नहीं कहता कि तुम उनसे टकराओ। स्पष्ट कहा है कि वनस्पतियो के तमाम फल/बीज तुम्हारे आहार होंगे? क्या कभी ऐसा हुआ है कि तुम फल/बीजो पर निर्भर रहे हो और तुम्हें तृप्ति-बोध न हुआ हो?

५७. आश्चर्यजनक है कि क्रूरता-मुक्त जीवन-शैली विस्फोटक गति से विकास कर ओर है। गत दस वर्षों में यूनाइटेड किंगडम (यूके) के २५ प्रतिशत कसाइयों ने अपना काम-धन्धा बदल दिया है। लगभग २,०० ब्रिटेनवासी हर हफ्ते शाकाहारी बन रहे हैं। २ करोड़ ४० लाख लोगों ने मांस खाना कम कर दिया है।
५८. ब्रिटेन में शाकाहार अब एक महान् सामाजिक क्रान्ति के रूप में उभर कर सामने आ गया है। सिर्फ लन्दन में १०० से अधिक शाकाहारी रेस्त्राँ हैं तथा ब्रिटेन के हर स्कूल में शाकाहारी भोजन को प्रवेश मिल गया है।
५९. ब्रिटेन में शुद्ध शाकाहारियों की संख्या उत्तरोत्तर बढ़ रही है। आज से ५० साल पहले वीगनो (शुद्ध शाकाहारियों) की संख्या लगभग नगण्य थी, किन्तु आज सिर्फ ब्रिटेन में एक लाख अस्सी हजार वीगन हैं तथा ३० लाख से अधिक शाकाहारी हैं।
६०. वीगन जीवन-शैली में दूध-शहद/ऊन-रेशम आदि के लिए कोई जगह नहीं है। इन्हें पशु-उत्पाद माना जाता है। वीगन-वर्ग दूध की जगह

LIVING WITHOUT CRUELTY
means dispensing with dairy products

PLAMIL

*is established 'to promote and carry on
the business of producing vegan foods'*



For literature send SAE to
PLAMIL FOODS LTD Bowles Well Gardens, Folkestone

(प्लामिल-मिन्क) का उपयोग करता है। उसमें सोया दूध और अण्डा-मुक्त 'प्लामिल मायोनीज' काफी लोकप्रिय है।

२०/शाकाहार. १०० तथ्य

६१ शाकाहार एक अहिंसामूलक, क्रूरता-मुक्त जीवन-पद्धति है, अतः 'क्रूरता-मुक्त' होने का मतलब है ऐसे खाद्य, पेय, पदार्थ तथा पेशो की खोज जिनमे स्वाद, फैशन, अनुसधान या अन्य कार्यों मे पशु एव जीवधारियों का शोषण नही होता, उनके साथ क्रूर व्यवहार नही किया जाता, तथा उन्हे किमी भी कारण किसी तरह की यातना नही दी जाती।



६२ शाकाहार की सबसे बड़ी विशेषता है उसमे सरिलिष्ट (कॉम्प्लेक्स) कार्बोहाइड्रेट्स का होना। रसायन-शास्त्रियों के शब्दों मे कॉम्प्लेक्स कार्बोहाइड्रेट्स वे है, जिनमे अनेक शर्कराओं (सुगर्स) के अणु (मॉलीक्यूल्स) परस्पर अनुबद्ध रहते हैं। अनाज, फलियाँ और साग-सब्जियाँ सरिलिष्ट कार्बोहाइड्रेट्स से भरपूर होती हैं। सचाई यह है कि माम (चूजे तथा मछली सहित), दुग्ध-उत्पाद, और अण्डो ये कॉम्प्लेक्स कार्बोहाइड्रेट्स विल्कुल नही होते।

६३. फूड फॉर लाइफ के सुप्रसिद्ध लेखक डॉ नील बर्नार्ड का कथन है कि एक औसतन शाकाहारी का वजन एक औसतन मासाहारी की तुलना में काफी कम होता है, अतः मोटापे के स्थायी और अचूक नियन्त्रण के लिए मस्ता, महज और सादा उपाय शाकाहार ही है।

६४ नयी खोजों के अनुसार मासाहारियों-के-खून में शाकाहारियों-के-खून-की अपेक्षा मूत्राम्ल का स्तर (यूरिक लेवल) उच्चतर होता है। उनके रक्त में असामान्य लिपिड्स (वसीय) होते हैं, विशेषतः उच्चतर कोलेस्टेरोल और टायग्लिसेराइड्स। पूना अस्पताल (पुणे, महाराष्ट्र) ने अपने रक्त-अधिकोष (ब्लड-बैंक) में 'शाकाहारी ब्लड' और 'गैर-शाकाहारी ब्लड' अलग-अलग रखना शुरू कर दिया है। अन्य बैंक भी इस तरह के पार्थक्य पर गभीरतापूर्वक विचार कर रही हैं।



६५. द हीरेटिक्स फीस्ट (अपधर्मी आहार) के मशहूर लेखक कॉलिन स्पेसर ने लिखा है कि ममस्त शाकाहारी जीवन-शैलियों की मान्यता है कि मासाहार आन्मोन्थान के मार्ग में सबसे बड़ी बाधा है। आत्म-विक्राम की दृष्टि से शाकाहार ही निर्विघ्न और उपकारक है।

३ वे लोग जो इस तथ्य में भरोसा रखते हैं कि सस्यार के समस्त प्राणियों में आत्मा अवस्थित है, वे यह भी मानते हैं कि उनका सम्मान किया जाना चाहिये। यदि पुनर्जन्म कही है तो निश्चय ही यह सभव है कि जिसे मामाहार के लिए मारा जा रहा है वह जीव हमारा ही कोई पुरखा कभी रहा हो। इस तरह मासाहार अध्यात्मवादियों के लिए बुनियाद में ही वर्जित आहार है।

७ क्रूरता-मुक्त लन्दन-निर्देशिका (कूएल्टी फ्री गाइड टू लन्दन) के पृष्ठ ३७ पर एक आदर्श शाकाहारी की विशेषताओं का सचित्र उल्लेख हुआ है, ये हैं- १. बगैर चमड़े का ब्रीफकेस, २. बगैर चमड़े के जूते, ३. सुन्दर सूती वस्त्र



सूट), ४. केले (पाथेय), ५ पशुओं पर जिनका पंगेक्षण नहीं हुआ है ऐसे न्धहर (डिओडेरेट्स)। इसी पुस्तक के १०० से पृष्ठ पर अंकित है- १ ज्ञान

मन, २ क्रूरता-मूक्त श्रृंगार-प्रसाधन, ३ सुखद सूती परिधान, ४ बार-बार काम में लाया जा सकने वाला झोला, ५ बगैर चमड़े के जूते (नाँन-लेदर शूज)।

६८. किसी भी शाकाहारी को रोओ (फर्स) से बनी वस्तुओं का उपयोग नहीं करना चाहिये। पूरी दुनिया में रोएँदार चमड़े के लिए १९,०००,००० मि.क प्रतिवर्ष मार डाले जाते हैं।

६९. वीगन (शुद्ध शाकाहारी) जीवन-शैली को एक वाक्य में परिभाषित करते हुए क्लॉएल्टी फ्री गाइड टू लन्दन के संपादक स्लेक्स बुर्क ने कहा है कि एक शाकाहारी न तो किसी जीव-जन्तु के किसी अन्तर्वर्ती (भीतरी) भाग को खाता है और न ही उसके किसी बाहरी भाग को ओढ़ता-पहिनता है।

७०. दुनिया की सबसे ज्यादा फैशनपरस्त मानी जाने वाली पत्रिका 'हार्पर्स' और 'क्वीन' ने ब्रिटेन के शाकाहारियों पर कई महत्वपूर्ण लेख प्रकाशित किये हैं। इनके अनुसार भविष्य में मासाहारियों का सामाजिक बहिष्कार ठीक उसी तरह होने वाला है, जिस तरह आज धूम्रपान करने वालों का हो रहा है।

७१. पोषण-विज्ञानियों ने पता लगाया है कि बीटा केरोटिन, जो गाजर, सतरे और टमाटर में सहज उपलब्ध है, कैंसर से भलीभाँति जूझ सकता है। बीटा केरोटिन की यह विशेषता है कि वह विटामिन 'सी' और 'ई' से मिल कर शरीर के भीतर स्वयं को विटामिन 'ए' में परिवर्तित कर लेता है। विटामिन 'ए' को कैंसर और हृदय-रोगों का सभाव्य प्रतिरोधक (पोटेशियल फाक्टर) माना गया है।

७२. मन्चाई यह है कि आज दुनिया में इतना अनाज है कि वह सुख से जिन्दा रह सकती है बशर्ते अन्न का सुव्यवस्थित/न्यायपूर्ण वितरण हो। यह धारणा गलत है कि कुपोषण का कारण गरीबी है, खयाल रहे, गरीबी नहीं बल्कि असली कारण छुतहा बीमारियाँ हैं। विकासशील देशों में प्रतिदिन ८,००० बच्चे निर्जलीकरण (डीहाइड्रेशन) से मर जाते हैं, जिन्हें सहज ही नमक-शक्कर के सतुलित घोल से बचाया जा सकता है। सर्वविदित है कि मांसाहार निर्जलीकरण की दवा नहीं है; शाकाहार है। एक तो वह इसे होने ही नहीं देगा, दूसरे इत्तफाकन यदि हो भी गया तो वह उसकी चिकित्सा में समर्थ/अचूक है।

७३. ससार के सभी प्राणियो मे उत्कट जिजीविषा (जीने-की-इच्छा) पायी जाती है। कोई जीवधारी-यहाँ तक वायरस (विषाणु) और बैक्टीरियम (जीवाणु) भी अपने ढग से जीना चाहते हैं। 'जियो और जीने दो' मानव-समाज की सर्वोत्तम उपलब्धि है, इसीलिए आधुनिक शाकाहारियो ने 'कोपलो'/'दुर्वाकुरो' को अपना प्रतीक चिह्न चुना है। आज यह जिजीविषा का विश्व-मान्य प्रतीक है, जो मानवीय जीवन-शैली का यह अमर सदेश देता है कि वनस्पतियाँ पौष्टिकता की सर्वश्रेष्ठ स्रोत हैं।



७४ आज विश्व की एक तिहाई आबादी भुखमरी के भयानक शिकजे मे है। ध्यान रहे, हमारा उपग्रह सपूर्ण विश्व का पेट भरने मे समर्थ है। हम प्रोटीन-समृद्ध वानस्पतिक खाद्यो को बचाये, उन्हे बर्बाद न करे। इन्हे हम पशुओ को खिलाने की जगह मनुष्यो को उपलब्ध कराये। शायद हम यह नही जानते कि पशुओ मे-से गुजर कर माम की शकल मे जो प्रोटीन हम तक पहुँच

उसका कितना बड़ा भाग बर्बाद हो जाता है। प्रोटीन का सीधा उपभोग विश्व को आर्थिक बर्बादियों से बचा सकता है।

७५ अब यह एक स्थापित तथ्य है कि वनस्पतियाँ एक संपूर्ण पोषण अर्थात् प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट्स, वसा, विटामिन तथा खनिज उपलब्ध करा सकती हैं, अतः हमें मैदा, पॉलिश-किये-हुए दाल-चावल तथा शक्कर के स्थान पर चापड-युक्त आटा, बगैर पॉलिश-के-दाल-चावल तथा गुड का उपयोग करना चाहिये।

७६ 'डॉक्टर' के चिकित्सा-संबन्धी सपादक श्री डेविड पोर्टन ने 'नर्सिंग टाइम्स' की 'पूर्ति' (३० मार्च १९७८) में कहा है कि मास को आँतो से गुजरने में ३ से ४ दिन लग सकते हैं, जबकि तन्तु-समृद्ध (फायब्रम) शाकाहार २४ घटो में ही अपनी आन्त्रयात्रा सपन्न कर लेता है। इससे यह निष्कर्ष निकलता है कि एक शाकाहारी शिशु को पश्चिम जगत् की तमाम विकारमूलक (डीजेनरेटिव्ह) बीमारियों से बचाया जा सकता है।



७७ अमरीकी फूड एंड न्यूट्रीशन बोर्ड की नेशनल रिसर्च कौंसिल ने साफ कहा कि अधिकांश पोषण-विज्ञानी इस तथ्य में सहमत हैं कि यदि शाकाहार क यथोचित मयोजन किया जाए तो वह स्वयं में संपूर्ण/पर्याप्त आहार है

दुनिया के प्राय सभी मुल्को मे शुद्ध शाकाहारियो ने अपना स्वास्थ्य उत्तम प्रकार से बनाये रखा है, जो इस बात का प्रतीक है कि यदि सतुलित और समीचीन चुनाव किया जाए तो शाकाहार अमृतोपम है।

८ मन् १९४५ मे रसायन-शास्त्र-विषयक नोबल पुरस्कार से सम्मानित डॉ अर्तुरी वर्तनेन (हेल्लिस्की, फिनलैड मे जैव-रामायनिक शोध सस्थान के निदेशक) ने कहा है कि दुग्ध-शाकाहारियो को फल, शाक-सब्जी, दाल, वमान्यूनित दूध आदि से तमाम आवश्यक पोषण-तत्त्व सहज ही मिल सकते है।

३९ लन्दन विश्वविद्यालय के पोषण-विज्ञानी श्री टी ए बी साडर्म ने कहा है कि आर्थिक और दार्शनिक कारणो से पश्चिम के आदमी का आहार आगे चल कर वीगन (शुद्ध शाकाहारी) के समान हो जाएगा। इधर के वर्षो मे हालात काफी बदले है। कुछ दशक पूर्व एक शाकाहारी को गँवार माना जाता था, किन्तु अब शाकाहार न सिर्फ एक सामान्य जन का आहार है बल्कि कहे कि फैशन का एक अंग भी बन गया है। सुप्रसिद्ध पोषणविद् फ्रे एलिस का इसमे बहुत बडा योगदान है।

८० शाकाहार सदियो से मानव-समाज को सन्तुलित पोषकता प्रदान करता आ रहा है। ईसा पूर्व छठी शताब्दी के विख्यात गणितज्ञ पायथागोरस ने निरामिष आहार को तर्कसगत आहार निरूपित किया है। उनके उक्ति है - शाकाहार से शरीर स्वस्थ रहता है, पर्यावरण के प्रति हम उत्तरदायी निभाते है, और धार्मिक/दार्शनिक दृष्टि मे इसकी उन्नत निष्ठा है।

८१ आर्लिंगटन मे 'शाकाहार पोषकता' पर आयोजित इन्टरनेशनल कांग्रेस (२८ जून- १ जुलाई १९९२) के अतिथि-सपादक पेट्रीसिया जॉन्स्टन ने 'प्राक्कटन मे कुछ महत्त्वपूर्ण सर्वेक्षणो का उल्लेख किया है, जिनमे-मे एक का निष्कर्ष है कि अमेरिका के १३५ प्रतिशत परिवारो मे कम-से-कम एक जानवर को मारने आवश्यक है जिसका सीधा-सादा मतलब है कि मनुष्य अमेरिका मे एक करोड बीस लाख शाकाहारी हैं।

८२ एलोपैथी के लोग जहाँ एक ओर नारियल-तेल के कोलेस्टेरोल की बात कर कर उसे बदनाम करने की कोशिश मे है वही दूसरी ओर होम्यो-चिकित्सको का मानना है कि नारियल-तेल नारियल-तेल नारियल-तेल नारियल-तेल का गुण्डा स्वस्थ रहने के लिए बरदान है।

होम्यो-चिकित्सक डॉ एस वैद्य प्रकाश के अनुसार नारियल-पानी, पोटेशियम, सोडियम की तरह के इलेक्ट्रोइट्स तथा कार्बोहाइड्रेट्स होने का वजह से वह निर्जलीकरण-की-अवस्था (डीहाइड्रेशन) में बेहद उपयोगी है।

८३. विकासशील देशों में शाकाहार इसलिए भी बहुत जरूरी है चूंकि वह उन अर्थतन्त्र को मजबूत बना सकता है। विकसित देश मांस का अधिक मूल्य कर इन देशों की वन-संपदा को चरागाहों में बदलने पर आमादा है और इ तरह अन्ततः उन्हें खाद्यान्न-दुर्भिक्ष की ओर धकेल रहे हैं। आन्ध्रप्रदेश अपने खेतों को चरागाहों में बदलना शुरू कर दिया है।
८४. मानव-समाज इन सवेदनशील क्षणों में जिस पर्यावरणिक तथा आर्थिक भुखमरी के भीषण दौर से गुजर रहा है, उसके लिए अधिकांशतः पशु-कृषि (केटल-रेजिंग) जिम्मेदार है। हमारे उपग्रह की २४ प्रतिशत भूमि पतिवसित करोड़ों-करोड़ मानव-आबादी का उदर-पोषण कोई असंभव का नहीं है, बशर्ते वर्तमान में हम धरती पर गुजर-बसर कर रही पशु-संख्या (एक अरब अट्ठाइस करोड़) के लिए अनाज का कोई विकल्प तलाश करें और उसे कृत्रिम तरीकों से सर्वद्वित न करें। पशु-संख्या को लगातार बढ़ाकर हम धरती के पर्यावरण-प्रबन्ध को उत्तरोत्तर प्रलय की ओर ले जा रहे हैं। यदि हम चाहे, तो शाकाहार हमें इस असंतुलन और सर्वनाश से बच सकता है।
८५. जेरेमी फिकिन ने अपनी बहुमूल्य कृति **बियोड बीफ, द राइज एंड फॉ ऑफ द कैटल कल्चर** में कहा है कि यदि हम गोमांस खाना कम करें तो हृदयाघात, कैंसर और पक्षाघात जैसे रोगों से अनायास ही बचा जा सकता है, नतीजतन लाखों लोग बेहतर तन्दुरुस्ती का आनन्द ले सकेंगे तथा जैसे ही औद्योगिक मुल्कों में गोमांस की माँग कम होगी, करोड़ों डॉलर का चिकित्सा-व्यय बचेगा और लोग सुदीर्घ जीवन की ओर अग्रसर होंगे। सबसे बड़ी घटना यह होगी कि विकासशील देशों की कृष्य भूमि अन्नोत्पादन के लिए मुक्त हो जाएगी, फलस्वरूप कुपोषण और गरीबी का बोझ आपोआप कम हो जाएगा। ध्यान रहे विकासशील देशों के अर्थतन्त्र के लिए शाकाहार अमृतोपम है।
८६. औद्योगिक विश्व ने विकासशील देशों पर उन्हें उन्नत करने के नाम पर 'विश्व बैंक' और 'इंटरनेशनल मॉनीटरी फंड' के सरचनात्मक समायोजन कार्यक्रमों (स्ट्रक्चरल एडजस्टमेंट प्रोग्राम्स) के तहत जो

योजनाएँ थोपी हैं, वे तीसरी दुनिया के लिए बड़ी कमरतोड़ साबित हुई हैं। ये कार्यक्रम विकासशील देशों के अर्थवित्तीय शोषण से सबन्धित हैं, मूलतः इनका मानवीयता से कुछ भी लेना-देना नहीं है। इन कार्यक्रमों को निर्यात के लिए अनाज, कॉफी, कपास, कोको और इसी तरह के अन्य पदार्थ चाहिये। दोनों सस्थाएँ चाहती हैं कि कर्ज-मे-फँसे मुल्क जब तक पूरी तरह छिन्न-भिन्न न हो जाएँ, मूलधन की जगह व्याज चुकाते रहे। मांस-निर्यात की लगातार माँग गोश्तखोर विकसित मुल्कों का एक भयावह षड्यन्त्र है — जब तक हम इस मर्म को नहीं समझेगे विदेशी शिकजे मे तडपते रहेगे। ध्यान रहे शाकाहार किसी भी देश को एक समर्थ/आत्म-निर्भर अर्थव्यवस्था उपलब्ध कराने मे समर्थ है।

3 सुप्रसिद्ध चिकित्सक डॉ ए लीफ ने 'नेशनल ज्याॅग्राफिक' के एक लेख तथा वर्ष १९९५ मे लिखी अपनी एक किताब मे कहा है कि कश्मीर के हुंजा, रूस के अबखासिया और इक्वाडोर के विल्काबम्बस ऐसे लोग हैं, जो अपने आहार मे पशु-वसा का उपयोग नहीं करते। ये सुदीर्घजीवी, मेहनतकश और दिलेर हैं। डॉ लीफ को ऐसे दृश्य सामान्यतः देखने को मिले— आलुओ-से-भरा थैला ढोता ११७ वर्षीय वृद्ध, १०४ वर्ष की अवस्था मे बर्फ-जैसे ठण्डे जल वाली झील मे तैरता व्यक्ति, तथा ९५ वर्ष की उम्र मे लकड़ियाँ चीरता वयस्क। वे तब अचम्भित रह गये, जब उन्हें इस बात का पता चला कि ये सब शाकाहारी हैं।

4. लन्दन के सुप्रसिद्ध चिकित्सक अलेक्जेंडर हैग ने शाकाहार का समर्थन इसलिए किया है कि यह यूरिक अम्ल का स्रोत नहीं है। उनका निष्कर्ष है कि 'यूरिक-एसिडेमिया' (खून मे मूत्र-अम्ल का अधिक होना) माइग्रेन जैसी बीमारी को जन्म देता है। डॉ हैग ने १८९० ई मे 'यूरिक एसिड एज ए फैक्टर ऑन द कॉंजेशन ऑफ डिसीज़' पर अपनी बहुचर्चित थीसिस पेश की थी। वे शाकाहार को मूत्राम्ल-मुक्त (यूरिक एमिड फ्री डाइट) आहार मानते हैं।

९ शाकाहारियों मे गैर-शाकाहारियों की तुलना मे अस्थि-सघनता (बोन-डेन्सिटी) अधिक होती है, इसीलिए शाकाहारी अस्थि-क्षरण (ओस्टिओपोरोसिस) से न सिर्फ सुरक्षित रहते हैं, अपितु वृद्धावस्था तक मे उन्हें यह बीमारी नहीं होती।

९०. बम्बई-स्थित ऑल इंडिया एनीमल वेल्फेअर एसोसिएशन ने जीव-जन्तुओं के मूलभूत अधिकारों पर एक पुस्तिका प्रकाशित की है, जिसमें भारतीय सदस्यों में ऐतिहासिक, सामाजिक, नैतिक और वैधानिक परिप्रेक्ष्यों का ध्यान रख कर पशु-जगत् की अधिकार-रक्षा के मुद्दे को दृढ़ता के साथ पेश किया गया है। तय है इससे शाकाहार को एक नया आयाम मिलेगा तथा देश-के-पर्यावरण की रक्षा के लिए एक विशिष्ट जागरूकता बनेगी।

९१ १९४२-४५ में पाँच अमरीकी चिकित्सकों ने मैक्सिको में पोषकता की जाँच-पड़ताल के निमित्त एक मूल्यांकन-श्रृंखला हाथ में ली, जिसके निष्कर्ष में कहा गया कि यदि मैक्सिको पर अमरीकी आहार-शैली को थोपा गया तो वहाँ के लोगों का पोषण-स्तर उठने की जगह गिर जाएगा। निष्कर्ष में कहा गया है कि मैक्सिको के तराहुमरा इंडियन्स का रहन-सहन/खान-पान कल्पनातीत रूप में चमत्कारिक है। एक तराहुमरा ५ दिनों में ५०० मील चल सकता है, वह ७० घंटों में १०० पाँड वजन ढो कर ११० मील जा सकता है, किंग-वॉल जैसे राष्ट्रीय खेल में वह लगातार ४८ घंटे (लगभग १७५ मील) दौड़ सकता है, तथा इस खेल की एक महिला खिलाड़ी ५० मील दौड़ सकती है ध्यान रहे तराहुमरा पूर्णतया शाकाहारी है।

यूनानी दार्शनिक-मुकरात (४७०-३९९ ई पू) को कौन नहीं जानता? एक दिन जब वे अपने प्रिय शिष्य ग्लोकोन से एक शहर बसाने के बारे में विचार-विमर्श कर रहे थे, तब उन्होंने कहा कि 'शान्त और स्वस्थ जीवन तथा एक सुखद/निगपद वृद्धावस्था' के लिए शाकाहार जरूरी है। उन्होंने कहा कि ऐसे ही लोग मरे स्वाम्थ्य-नगर (मिटी ऑफ टेल्व) को मूर्त रूप दे सकेंगे। मामाहारी नगर का वर्णन करते हुए उन्होंने कहा कि यह एक ऐसा नगर हो सकता है, जो उदर-दाह में पीड़ित होगा और जिसे चिकित्सकों की अक्सर आवश्यकता पड़ेगी।

यदि यह मूल मन्थन शाकाहार में है, किन्तु उन दिनों पशुओं को जिन अन्न-पदार्थों में मरिचक किया जाता है, वह पर्यावरण के लिए अत्यन्त हानिकारक है। उस तरह की कृषि मनुष्य-मात्र के लिए चिन्ता का विषय है। गिब्सने ने न्यूयॉर्क में प्रकाशित अपनी किताब 'द जगल' में पशु-धर्मों का मन-को-दरि-वाना विवरण दिया है।

१९४२ के एडवर्टिस्ट गिरना (एम्प्रीय चर्च) अमरीकी धरती पर

उन्नीसवी शताब्दी में आविर्भूत हुआ। यह शाकाहारी ईसाई गिरजा 'शरीर को प्रभु का मन्दिर' मानता है और कोशिश करता है कि वह किसी अस्वच्छ आहार से दूषित और अपवित्र न हो। एसडीए शाकाहार के प्रबल समर्थक हैं। चिकित्सा-संबन्धी परीक्षणों के अनुसार इस मत के मानने वालों को अन्यो की तुलना में अधिक स्वस्थ, स्फूर्त, सुदीर्घजीवी और परिश्रमी पाया गया।

डॉ. विन्स्टन जे. क्रेग ने 'द अमेरिकन जर्नल ऑफ क्लिनिकल न्यूट्रीशन' (मई १९९४, जिल्द ५९, अंक ५) में प्रकाशित अपने शोध-लेख 'आयर्न स्टेटस ऑफ वेजीटेनियरियन्स' में कहा है कि समुचित रूप से योजित सुसंतुलित शाकाहार की तुलना विश्व के किसी भी आहार-शैली के स्तर से की जा सकती है।

गलतफहमी है कि कुत्ते शाकाहार पर जीवित नहीं रह सकते, कुत्ता तो कुत्ता, शेर तक शाकाहारी हो सकता है। पर्यावरणविद् श्रीमती मेनका गाँधी ने अपनी बहुचर्चित कृति हेड्स एंड टेल्स (पृ. १६०) में लिखा है कि 'कुत्तों के लिए मासाहार जरूरी नहीं है। मेरे घर में १३ कुत्ते हैं - जिनमें-से एक 'वशानुगत रुग्ण' को छोड़, कभी कोई बीमार नहीं हुआ। जादूगर पी. सी. सरकार जूनियर के पाम एकादमी के शेर हैं, जो सकुशल और प्रसन्न हैं।' प्रश्न, तथापि, यह सच होता है कि कुत्ता अथवा शेर तो मासाहार छोड़ मनुष्य यह जानते हुए भी कि मासाहार आरोग्य के लिए नहीं छोड़ पा रहा है।

प्रथम विश्व-युद्ध (१९१७) के दौरान आयात लगभग ठप्प हो गया। वस्तुतः शाकाहारी देश बनना पड़ा। इस अवधि में हुआ कि लोगों का स्वास्थ्य विश्व-युद्ध के दौरान नाबालक अर्थात् मास और मांस शाकाहारी देश बनना प्रभावित किया। आश्चर्यजनक हो जाने के कारण

घटनाओ ने साबित कर दिया कि शाकाहार एक अच्छे स्वास्थ्यप्रद जीवन-पद्धति है।

९८. पर्सिया में युद्धरत जवानों (१८७१) की अच्छी सेहत का कारण उन्हें चोकर-युक्त अनाज (होलग्रेन) की रोटी दिया जाना था। बाइबिल में 'अक्षत अन्न की रोटी' को ही 'संपूर्ण आहार' कहा गया है। यह रोटी इतनी पौष्टिक होती है कि इसे लोग जीवन-की-लाठी (स्टाफ ऑफ लाइफ) कह कर पुकारते हैं। इसी तरह द्वितीय विश्व-युद्ध के जुझारू जवानों की अपूर्व स्फूर्ति और शक्ति का श्रेय भी साबुत अनाज की रोटी को दिया जाता है।
९९. कृषि-विज्ञानी सी डब्ल्यू फॉर्बर्ड (अमेरिका) ने शाकाहार/मासाहार के उत्पादन में लगने वाली जमीन के जो आँकड़े दिये हैं, उनसे सिद्ध हुआ है कि शाकाहार दुनिया के किसी भी मुल्क के लिए श्रेयस्कर है। आँकड़ा इस प्रकार है—

जमीन एक एकड़ वजन पाँड में

| | |
|---------------|---------|
| गोमास | १८२ २५ |
| बकरे का गोश्त | २२८ ० |
| गेहूँ | १६८० ० |
| जौ | १८०० ० |
| फलियाँ | १८०० ० |
| जई | २३०० ० |
| मक्का | ३१२० ० |
| चावल | ४५६५ ० |
| आलू | २०१६० ० |

आश्चर्य! जितनी जमीन में उत्पादित चावल से ७५ आदमियों का पेट भरना संभव है, उतने गोमास से सिर्फ एक आदमी का पेट भर पाता है।

१००. अब वक्त आ गया है कि दुनिया यह फैसला करे कि उसे सीधे शाकाहार करना है अथवा किसी माध्यम से। सामान्यतः मासाहारी-वर्ग गायों, सुअरों, चूजों, टर्की, बकरो, मेंढरों, हिरणों, खरगोशों, घोड़ों इत्यादि शाकाहारी प्राणियों को अपना आहार बना रहा है। सवाल है कि क्या दुनिया प्रथम श्रेणी का शाकाहार करे अथवा द्वितीय श्रेणी का। यह एक ऐसी समस्या है, जिसका समाधान हर आदमी को व्यक्तिगत, राष्ट्रीय और वैश्विक स्तर पर खोजना है।

△△

Beta carotene keeps cancer at bay

(Contd from cover-page 2)

Palm oil in its crude form is put through a refining process which involves heat. Since carotenoids are usually very heat sensitive, most of it gets destroyed. Even food that is kept warm for hours in ovens in fast food joints loses whatever little carotenoids it possesses.

In the case of palm oil, consumers prefer a light golden colour in the oil as indicative of good quality.

The MPOPC, after noticing that carotenes were getting wasted away in the process of refining palm oil, has promoted research to ensure that most of the carotenoids remain in the final product, says Ashima Raheja, a nutritionist with MPOPC (India).

With the persistent efforts of nutrition scientists, a process has now been discovered by which palm oil can be produced in large quantities for commercial consumption. The refined, bleached and deodorized red palm oil, now being produced, contains most of the carotenes as well as Vitamin E which is present in the crude oil. △

Seven reasons to stay vegetarian

(Contd from cover-page 4)

5 NO TOXINS Apart from the non-violence viewpoint, slaughtering of animals brings many toxins to the meat-eater. While animals are slaughtered, the fear and their struggle to escape death stimulates the secretion of epinephrine, nor-epinephrine, steroids and other chemicals which are *ipso facto* toxic in nature. With the meat one consumes various toxoids which are highly hazardous.

6 LESS LOSS OF ENERGY Conversion of plant protein into animal protein results into a great loss. For example, in egg 69 per cent, pork 85 per cent and beef 94 per cent of vegetable proteins end up as waste. Energy output of vegetarian food is more than energy input in order to harvest or produce it. Whereas in non-veg food energy output is less than energy input. The white loaf requires twice as much energy from fossil fuels for its manufacture as the consumer will obtain from eating it. Similar loss is ten folds for battery eggs and 20 folds for deep sea fish.

7 HUMAN BEING A VEGETARIAN ANIMAL A study of human anatomy and physiology also reveals that human being is a vegetarian animal. A) Like vegetarian animals, our small and large intestine is four times longer than our body length whereas in case of carnivores it is about the same size. B) We do not have fangs which carnivores have for biting into flesh. Human canines are not true canines. They are quite small. C) Human saliva is alkaline containing ptyalin to digest carbohydrates whereas in carnivores it is acidic. D) For digesting highly protenous flesh diet gastric secretion of carnivores is highly acidic, whereas human gastric secretion is one-fourth of the former. E) Human beings do not have claws for tearing flesh like carnivores. F) Carnivores liver secretes a much larger quantity of bile into the gut to deal with high fat meat diet.

Thus in the final analysis one must choose vegetarian diet on humanitarian and health grounds.

Many people fear to adopt vegetarian lifestyle because they think that if non-veg. food is stopped, appetite will be reduced and they will become weak.

-Dr. Girish Patel

Seven reasons to stay vegetarian

HEALTH is not only a precious possession but resource in which the whole community has a stake. Yet, there is a great misunderstanding about the ways and means to restore and maintain the health.

Your daily diet plays a significant role in prompting physical, mental and spiritual health of a person. While our regular diet should contain carbohydrates, proteins, fat, vitamins, minerals etc. in average balanced quantity, the nature of our diet should be vegetarian for the following reasons:

1 REDUCING CHOLESTEROL Fat in non-vegetarian diet is saturated and cholesterol producing. Increased cholesterol leads to atherosclerosis, high blood pressure and gallstones. On the other hand, chlorophyll present in green leafy vegetables reduces the cholesterol from blood and protects the person from number of cholesterol linked diseases.

2 REDUCING URIC ACID Uric acid is the end product of various protein metabolisms. Human kidneys can cope with excretion of about seven grains of uric acid per day. As the meat diet contains high amounts of uric acid, it increases load on kidneys and the results may be kidney stones or inflammations in kidney tissues at the outset and kidney failure in the long run. Uric acid also leads to troubles such as gout.

3 FACILITATES BOWEL ACTIVITY Meat diet has no fibre content, it lacks cellulose or roughage without which bowel cannot move properly and one suffers from constipation which is considered by our ancient systems to be the fertile mother of many diseases. Interestingly, recent statistics also support the above belief. Australia, which consumes 130 kg of beef per year per head, suffers more from bowel cancer. Diseases like appendices and hemorrhoids commonly called piles are always due to constipation whether latent or patent.

4 PROTECTION AGAINST DIABETES Some medical experts advise non-vegetarian food to diabetic patients as it contains less carbohydrates. Although the fact is true, it is a very narrow view of the total metabolism. An investigation led by Prof N S P Verma of Delhi had found that the fibre content of vegetables acts as a protection against diabetes. To reduce the chances of developing diabetes, Dr Verma suggests eating more vegetables and unpolished cereals. Keeping the total metabolism in view diabetes is an excess-caloric disease more than an excess carbohydrate disease. In obese people fault may not primarily lie in pancreas but with liver.

(Contd on cover-page 3)

शाकाहार की सात प्रमुख विशेषताएँ हैं

१. यह कोलेस्टेरोल को कम करता है; २. मूत्राम्ल (यूरिक एसिड) को घटाता है; ३. पाचन-तन्त्र को रोग-मुक्त रखता है; ४. मधुमेह (डायबीटीज़) नहीं होने देता; ५. विष-मुक्त होता है; ६. इसके उत्पादन में न्यूनतम ऊर्जा लगती है; ७. मनुष्य का शरीर-तन्त्र इसके, सर्वथा उपयुक्त है।

—डॉ गिरीश पटेल

प्राणियों के सृजन



प्राणियों के

सृजन

○ हमारी हिमा का जाल अब इतना घिनौना और घून-मे-मना हो गया है कि हम अपने पालतू कृषि-पशुओं को भी काट कर खाने लगे हैं। - पृ ६

○ कहा जाता है कि गाय के घनो में तैतीम करोड देवना निवाम करते हैं; किन्तु आज हमारे ही अपने मुल्क में, महावीर और बुद्ध के देश में, गांधी और विनोबा, विवेकानन्द और रामकृष्ण परमहंस के देश में रोज ही मूर्खोंदय के साथ हज़ारों गाये-भेडे काट दी जाती हैं। अकेले देवनार (बम्बई) का कल्लखाना ही - जो एशिया का सबसे बड़ा कल्लघर माना जाता है - प्रतिवर्ष एक लाख से अधिक पशु मौत के घाट उतारता है। देवनार प्रतिमास अस्सी हज़ार टन मास का निर्यात करता है। - पृ ७

○ मधुमेह (डायबेटोज) के लिए जिस 'इन्सुलिन' नामक दवा का उपयोग हम करते हैं वह भेड या बैल या गाय के अग्न्याशय (पैक्रियाज) में-से प्राप्त की जाती है। इस कारण नामालूम कितनी भेडे/गाये/बछडे कल्ल कर दिये जाते हैं। - पृ ८

○ दवाइयों की निर्विघ्नता और अचूकता के लिए अमेरिका ने हज़ारों बदरों की जानें ले ली है। खरगोश-जैसे भोले-निरीह प्राणी को आँखें शम्पू छीन लेता है। - पृ ९

○ आंकड़ों का यदि तनिक नज़दीक से अध्ययन किया जाए तो पता चलेगा कि एक मासाहारी १४ शाकाहारियों के बराबर पडता है। सुअर का एक किलो मास १४ किलो शाकाहारी भोजन से बनता है। सुअर की खुराक १४ आदमियों के बराबर होती है। इस तरह आर्थिक दृष्टि से भी मासाहार लाभप्रद नहीं है - पृ. ९

○ आप आश्चर्य करेंगे कि हमारे देश में मेढकों को मारने और उनकी टांगों को घड से अलग करने के कारखाने लगाये गये हैं। कई जगली जातियों और ग्रामीणों को मेढक पकड़ने की तालीम दी गयी है, उन्हें प्रशिक्षित किया गया है। १९६७ में मेढक की ५० टन टांगों का निर्यात हुआ था। १९८० में यह आंकड़ा ५० टन हो गया और इस तरह ३ करोड मेढक मौत के घाट उतारे गये। - पृ ११

○ हम कैंप्सुलो के रूप में लगातार मासाहार ही कर रहे हैं। कैंप्सुले जिलेटिन नामक पदार्थ से बनती हैं। जिलेटिन हड्डियों, खुरों, पशुओं के ऊतकों (टिस्सूज) को उबाल कर प्राप्त होता है। इसे पशुओं की झिल्लियों आदि से भी प्राप्त किया जाता है। - पृ. १२

○ सेट-उत्पादन के लिए हर वर्ष हज़ारों विज्जू मार डाले जाते हैं। - पृ. १३

○ लोरिस की आँखें बहुत प्यारी होती हैं। इसका जिगर और इसकी आँखें पीस कर सौंदर्य-प्रसाधन बनाये जाते हैं। इसे स्लेंडर लोरिस के नाम से पुकारा जाता है। - पृ १४

बेकसूर प्राणियों के
खून-में-सने
हमारे
ये बर्बर शौक

डॉ. नेमीचन्द जैन

बेकसूर प्राणियों के सूत में
सने हमारे ये बर्बर शौक
-डॉ० नेमीचन्द्र जैन

© हीरा भैया प्रकाशन

प्रकाशन : हीरा भैया प्रकाशन
६५, पत्रकार कॉलोनी,
कनाड़िया मार्ग,
इन्दौर-४५२ ००१ मध्यप्रदेश

मुद्रण : नईदुनिया प्रिन्टरी
बाबू लाभचन्द्र छजलानी मार्ग,
इन्दौर-४५२ ००१ मध्यप्रदेश

आकल्पन : आर पाचाल

| | |
|--------------|--------------|
| पहली बार | दिसम्बर १९८६ |
| चौबीसवीं बार | दिसम्बर १९९७ |
| कुल सख्या | ७०,००० |

मूल्य तीन रुपये

ISBN 81 - 85760-01-2

अन्तर्राष्ट्रीय मानक पुस्तक सख्या-
81-85760-01-7

दो शब्द

विज्ञान की तस्वीर दोनों तरह की है—उजली, मैली। उजली इसलिए कि उसने हमें सत्य-की-खोज की एक व्यवस्थित, विश्वसनीय और तर्कसंगत पद्धति दी है, मैली इसलिए कि उसने मनुष्य के हाथ में विनाश के नये और खतरनाक हथियार पमा दिये हैं, जिनसे वह अपना नुकसान तो कर ही रहा है, पृथ्वी और प्रकृति को भी तहस-नहस करने पर तुला है।

धरती की हरी खोल लगभग ध्वस्त हो चुकी है, अतः जगह-जगह मरुस्थल सिर उठाने लगे हैं। मनुष्य के बर्बर, क्रूर, और खूनी शौकों के कारण कई सुन्दर-उपयोगी पशु-पक्षियों की नस्लें खत्म हो चुकी हैं और कई नष्ट होने की डगर पर हैं। प्रयोगशालाओं में उसने भोले-भाले पशुओं के साथ जो बदसलूक किया है, उसे कुदरत कभी माफ नहीं कर सकती। जीभ-के-चटखारों तथा शरीर-के-शृंगार के लिए मनुष्य ने पशुओं पर बेहिसाब जुल्म किये हैं, जो अन्ततः उसके तथा उसकी संस्कृति के लिए बूमरंग (आत्मघाती) सिद्ध होने वाले हैं।

पं. जवाहरलाल नेहरू ने कहा था . 'यदि पशु-पक्षियों का अस्तित्व अतरे में पड़ता है तो हमारा जीवन तुरन्त सुस्त और बदरंग पड़ जाएगा'। इसी तरह मनीषी चिन्तक अल्बर्ट स्पाइत्जर के शब्द हैं 'मनुष्य जीवित प्राणियों के प्रति जिस हमदर्दी का अनुभव करता है, वही उसे सच्चे धर्मों में मानवीय बनाती है'। क्यों भूल रहे हैं हम महापुरुषों की इन सूक्तियों को और क्यों उबाड़ रहे हैं बदहवास, प्रकृति और पृथ्वी का सुहाग ?

प्रस्तुत पुस्तिका 'तीर्थंकर शाकाहार प्रकोष्ठ' का सर्वप्रथम प्रकाशन है, जो 'तीर्थंकर' से मार्च-अप्रैल १९८५ के अंक में पत्रिकल प्रकाशित हो चुका है। इस लेख की लोकप्रियता और इसके प्रभाव का पीता-जागता सुन्नत यह है कि कुछ ही महीनों बाद इसका गुजराती-अनुवाद बड़वान्त से प्रकाशित 'कल्याण' (गुजराती भाषिक) में प्रकाशित हुआ है, जिसे हजारों-हजार लोगों ने पढ़ा।

हमें वस्तुतः इस पुस्तिका के माध्यम से अपने जीवन को इस कसौटी पर कसना है कि क्या हम अपनी नगण्य सुविधाओं, समृद्धियों और शोभाओं के लिए लाखों-लाख जीवधारियों को जानें ले रहे हैं—वदहवास उन्हें मौत के घाट उतार रहे हैं? छोड़े उन वस्तुओं को जो इन निरीह-निर्दोष प्राणियों के खून-मे-नहायी हुई हैं और अपनायें एक ऐसा सादा, शान्त, सुखी और स्वस्तिकर जीवन जो 'जियो और जीने दो' के सांस्कृतिक बोधवाक्य को सार्थक कर सके।

'प्रकोष्ठ' ने ऐसी ही दो और पुस्तिकाएँ प्रकाशित की हैं, ये हैं—'अण्डा जहर-ही-जहर' (पाँचवीं बार प्रकाशित तथा बंगाली और गुजराती भाषाओं में अनुवादित) तथा 'क्या आप अण्डा खा रहे हैं? नहीं, बल्कि असलियत यह है कि अण्डा आपको खा रहा है' आशा है इन तीनों पुस्तिकाओं से हमारे जनजीवन को एक व्यसन-मुक्त/सुखी/निर्विघ्न जीवन की स्फूर्ति प्राप्त होगी।

इसी तरह 'प्रकोष्ठ' ने हिन्दी में १६ खर सीले तैयार करवायी हैं, जिनमें अकित वाक्य-वाक्यांशों में विज्ञान की पृष्ठभूमि पर एक अहिंसक, स्वस्थ, और प्रदूषण-मुक्त जीवन जीने का प्रेरणा दी गयी है। हमारा विनम्र निवेदन है कि आप इन सीलों को लिफाफों, अन्तर्देशीय पत्रों, कार्डों, मनीऑर्डर कूपनों, विलों, केशमेमो आदि पर लगायें और अहिंसा/शाकाहार के प्रचार-प्रसार में हमारी सहायता करें।

हमारा विश्वास है कि इस पुस्तिका का व्यापक स्वागत होगा और इसे सभी भाषाओं के माध्यम से दूर-दराज तक पहुँचाया जाएगा।

नेधीचन्द्र जैन

संपादक 'तीर्थंकर' मासिक



बेकसूर प्राणियों के खून-में-सने हमारे ये बर्बर शौक

जब भी मैं किसी कोपल, या किसी पशु-शावक को छूता हूँ तो लगता है मैं सारे विश्व का स्पर्श कर रहा हूँ। मैं करुणा और कृपा में नहा उठता हूँ। मुझ लगना है यह जगत् कितना सुन्दर/कितना सुखद है, किन्तु जैसे ही मेरा ध्यान मनुष्य की बर्बरताओं की ओर जाता है मैं परां उठता हूँ यह सोच कर कि यह इतनी हरी-भरी धरती और इसके कूदते-फुदकते/छलांगें-भरते शृंगार को उजाड़ने/तहस-नहस करने पर क्यों तुला है ? क्या यह स्वयं इस सारे व्यापक सौंदर्य का भागीदार नहीं है ? आज सारे जगत् की हरी खोल खतरे में है। खेत उजड़ रहे हैं। धरती सूख रही है। पृथ्वी पानी पर तैर रही है, किन्तु आज इसके गाँव-शहर एक-एक बूंद पानी के लिए तरसने लगे हैं ?

क्यों हुआ जा रहा है यह सब ? क्या हम इसे अपने हाथों अपने ही पाँव पर फुल्हाडी मारना नहीं कहेंगे ? क्या मनुष्य स्वयं इस धरती-के-मित्र प्राणियों की, जो इसे स्वच्छ, साफ, सुपरी, और सुन्दर बनाये रखने में अपनी विशद भूमिका निभाते हैं, रोड़-ब-रोड़ साखी की सध्या में मौत के घाट नहीं उतार रहा है ? जित्त क्षण मनुष्य की ये बर्बरताएँ धमेंगी उस दिन फिर यह धरती सुखद/सह्य बनेगी; किन्तु भफसोस, हिंसा का दौर बढ़ रहा

है और पृथ्वी पर से पशु-पक्षियों की कई नस्लें समाप्त हो रही हैं। कीटनाशक दवाओं और रासायनिक द्रवों ने इस सदी में जो ग़ज़ब ढाया है, वह किसी महाप्रलय से कम नहीं है। यह दुनिया बहुत बड़ी है। खूबसूरत है। इसमें पहाड़ हैं। घने वन हैं। कल-कल बहती नदियाँ हैं। निरन्तर प्रवाहित झरने हैं। कुहकती कोयले हैं। फुदकते चचल-चपल बदर हैं। तेज दौड़ते खरगोश हैं। भागती-कूदती गिलहरियाँ हैं, किन्तु मजा यह है कि वे हमें निभा रहे हैं और हम उन्हें निभा नहीं पा रहे हैं। वे हमें दूध-दही का वरदान दे रहे हैं और हम उनकी जानें लेने पर आमादा हैं। हमारी इस धरती पर नामालूम कितने निरीह/भोले/बुशमिजाज प्राणी निवास करते हैं

ये प्राणी पृथ्वी के गर्भ में, समुद्र में, वृक्षों पर, गिरि-कन्दराओं में, बियाबी/सघन जंगलों में अरबों-खरबों की सख्या में रहते हैं कभी सूरज देख पाते हैं और कभी नहीं देख पाते, क्योंकि इनमें से करोड़ों प्राणी मनुष्य की कृपा पर जीवित हैं। उनके मृत्योदय और सूर्यास्त उनके अनुग्रह पर निर्भर है।

इनमें-से कुछ शाकाहारी हैं, कुछ आमिष-भोजी। मनुष्य प्रकृति से, उसकी शरीर-रचना से आमिष-भोजी नहीं है, किन्तु उसमें जिह्वा-लोलुपता इतनी अधिक है कि वह अपने क्षणिक सुख के लिए इन प्राणियों को रोज ही मौत के घाट उतार रहा है। उसने बड़ी-बड़ी क़त्लगाहें खोल रखी हैं इनकी हत्या के लिए।

कीड़े-मकोड़े, कीट-पतंगे भी लाखों किस्म के हमारी इस धरती के निवासी हैं और इसे सुन्दर, सतुलित, और स्वच्छ बनाये हुए हैं; किन्तु हमें यह सब सख नहीं है और हम अपने बर्बर/नृशंस शौकों और अधुनानत फैसलों के लिए करोड़ों की सख्या में उनकी बलि चढा रहे हैं।

हमारी हिंसा का जाल अब इतना घनीना और खून-में-सना हो गया है कि हम अपने पालतू कृषि-पशुओं को भी काट कर खाने लगे हैं (प्राण के संदर्भ में हम इसलिए इस जीभ-लपलपाती हिंसा का जिक्र कर रहे हैं ताकि हम अपने-अपने स्तर पर इसका मुकाबला कर सकें और एक अहिंसक जीवन-शैली की स्थापना का भरपूर प्रयत्न कर सकें)

गाय-बैल कृषि-पशु हैं। गाय भारत का एक पूज्य पशु है। करोड़ों

लोग आज भी इसकी पूजा करते हैं, इसके स्वास्थ्यप्रद मूत्र-का-प्राचमन करते हैं। इसके पवित्र/रजहारी गोबर से अपना घर-प्रांगण लीपते हैं। कहा जाता है कि गाय के घनों में तृतीय कोटि देवता निवास करते हैं, किन्तु आज हमारे ही अपने मुल्क में, महावीर और बुद्ध के देश में, गांधी और विनोबा, विवेकानन्द और रामकृष्ण परमहंस के देश में रोज ही सूर्योदय के साथ हज़ारों गायें-भेड़ें काट दी जाती हैं।

मनुष्य की चाहिये स्वाद/वह है इन्द्रियों का दास, इसीलिए वह अपने वहशो/जगली/फ़ूर शौको के लिए निर्गह/निर्दाष प्राणियों का खून बहा रहा है/खून पी रहा है।



देवनार यहाँ प्रतिदिन दो हजार गायों के पाट उतारते हैं।

मकैले देवनार (चम्बई) का कलखाना ही - जो दुग्ध का खूबसे बड़ा कलथर माना जाता है - प्रतिवर्ष एक लाख से अधिक खून निकाल के पाट उतारता है। देवनार प्रतिमास अपनी दुग्ध-समृद्धि का निर्यात करता है। इसमें नब किन्तु के फ़ौरन ही दुग्ध के खूबसे बड़े बछड़ा-बछड़ी, पीटा-केटी, भेड़-भेड़ियाँ खून की बर्तनी हैं। लिहिं इतना ही नहीं है बल्कि मनुष्य की कुल-संज्ञा के फ़ौरन ही विनिर्देश शकल लेती है। वह अपनी दुग्ध-समृद्धि के लिए, स्वयं-समृद्धि की रीति तोड़ कर नरकों/सर्पों/प्रान्त-समृद्धि के लिए खून देती है। देवनार के कलखाने की बच देना है।

जिन दवाइयों को हम खाते हैं हम नहीं जानते कि वे किस कदर खून-मे-डूबी, या खून-मे-सनी है। मधुमेह (डायबेटोज) के लिए जिस इन्सुलिन नामक दवा का उपयोग हम करते हैं वह भेड या बँल या गाय के अग्न्याशय (पैंक्रियाज) में-से प्राप्त की जाती है। इस निमित्त नामालूम कितनी भेडे/गायें/बछडे कत्ल कर दिये जाते है। फ्रास की साझेदारी में चल रही बम्बई की 'फ्राको' कम्पनी 'डेक्सोरेज' नाम की एक दवा का उत्पादन करती है, जिसके पैकिंग पर यद्यपि सतरों का चित्र है, तथापि इसमे हीमोग्लोबिन के नामान्तर से देववनार मे कत्ल पशुओं का ६५ प्रतिशत खून रहता है, यह हमारी दवाई की दूकानों पर बिकती है। देवनार के कत्लखाने मे जिन पशुओं को मारा जाता है उनका ताजा खून अलुमुनियम के टिनो मे ट्रको द्वारा/टेम्पो मेस्टेक्सी मे वॉरो मे लोटस सिनेमा के पास फ्राको कम्पनी मे ले जाया जाता है जहाँ 'डेक्सोरेज' खूबसूरत बोतलें तैयार की जाती है। क्या हम इन/ऐसी सारी दवाइयों को ले कर उनके भक्ष्याभक्ष्य पर कभी विचार कर सकेंगे ? याद रखें उक्त तत्व मे अल्कोहल-का-आधार दे कर ६५ से ६८ प्रतिशत खून मिलाया जाता है।

भारत एक अहिंसा-प्रधान/कृपि-प्रधान/अहिंसा-प्रेमी देश है, जहाँ आयुर्वेद का सीमातीत विकास हुआ था कभी। ईसा की तीसरी शताब्दी मे दक्षिण भारत मे समन्तभद्र नाम के ईसा की तीसरी शताब्दी मे दक्षिण मे समन्तभद्र नाम के कोई मुनि हुए थे, जिन्होंने १८,००० पराग-रहित पुष्पों की किस्मों पर आधारित 'पुष्पायुर्वेद' का आविष्कार किया था। क्या हम ऐसे सुखद/अहिंसक प्रयोग आज नहीं कर सकते ? भारत जडी-बूटियों का देश है, आज भी यहाँ से हमारी बहुमूल्य जडी-बूटियाँ/वनस्पति विदेश जाती है और तैयारशुदा दवाइयों के रूप से अधिक महँगे बन कर लौटती है। खैर जो हो, हिंसा का जो दौर आज हमारे सामने है उसका मुकाबला हमे प्राणपण से/संपूर्ण शक्ति से करना चाहिये। ताज्जुब है जो पशुधन सदियों से हमारी सेवा कर रहा था आज हम उसके प्रति इतने क्रुतघ्न हुए, हैं कि उसे बिना किसी सकोच के कसाई घरों को सौंप रहे हैं !! ती मँडक शताब्दियों से हमारे कुए-नालाव, चेत-खलिहान की प्रदूषण तीर कीटों-मकोटों से हिफाजत करता आ रहा है आज उसकी टाँगों की नजरत हम कर रहे हैं !!

मनुष्य ने अपनी जीभ के लिए क्या नहीं किया है, उसने इस सुन्दर सृष्टि को उन साँसों को उजाड़ दिया है जो प्रकृति की अभूतपूर्व शृंगार थीं; जिन्हें प्रकृति ने अपने शृंगार के लिए बनाया था, धरती को एक अपूर्व छटा प्रदान करने के लिए जिनकी रचना हुई थी, उनसे आज हमारे देश की आधुनिकाएँ

अपने अधरों का रजन कर रही हैं, उनसे अपने केश/अपने रूमाल सुवासित कर रही हैं और बनवा रही हैं अपने पर्स, अपनी चप्पलें। जो हो मनुष्य जैसे-जैसे सम्य होता गया है, वैसे-वैसे उसमे-से करुणा का लोप होता गया है और उमकी क्रूरता बढ़ती गयी है। देखिये न, दवाइयों की निर्विघ्नता और अनुकूलता के लिए अमेरिका ने हज़ारों वदरों को जानें ले ली हैं। खरगोश-जैसे भोले/निरीह प्राणी की आँखें शम्पू छीन लेता है।

कहा जा रहा है कि दुनिया में चूँकि कृषि-उत्पादन कम है और मनुष्य की आवादी निरन्तर बढ़ रही है अतः अब मांस की खेती को जानी जरूरी है, इसीलिए शाका-हारी जनता में तरह-तरह के धर्म फैला कर उसे पथभ्रष्ट किया जा रहा है। शाकाहारी अण्डे, मछली-की-खेती (फिश फार्मिंग), अण्डों-की-खेती (एग फार्मिंग) इसी तरह के घोखा देने वाले सत्कार-भजक शब्द हैं।

आँकड़ों का यदि तनिक नज़दीक से अध्ययन किया जाए तो पता चलेगा कि एक मांसाहारी १४ शाकाहारियों के बराबर पड़ता है। सुअर का एक किलो मांस १८ किलो शाकाहारी भोजन से बनता है। सुअर की खुराक १४ आदमियों की खुराक के बराबर होती है। इस तरह यह आर्थिक दृष्टि से भी लाभप्रद नहीं है।

जहाँ तक स्वास्थ्य की नज़र से देखने का प्रश्न है, बहुत स्पष्ट है कि जिन पशुओं का मांस खाया जाता है उनका स्वास्थ्य कैसा है इसकी चिन्ता कौन करता है अतः बीमार पशुओं की बीमारी भी मांसाहारियों के पेट में जाती है। एक मनुष्य के स्वास्थ्य पर प्रतिकूल प्रभाव डालने के लिए प्रकृति में पशु पर जो हिमक/प्रतिकूल प्रतिक्रियाएँ होती हैं वे भी मांसाहारी को चेतना पर अतिरिक्त होते हैं अतः बहुत अधिक तामसिक होता जाता है। मनुष्यों लोग रक्ताचाप, गुर्दे की बीमारियाँ, हृदय-रोग से पीड़ित मांसाहार के कारण ग्रस्त हो जाते हैं।

मनुष्य ने इन सुन्दर/रत्नगर्भा वसुन्धरा को इन क्रूरता से नष्ट करने के लिए कि वह दिन जब बहुत करीब है कि जब प्रकृति का क्रूर प्रतिकार शुरू होगा। कहा जा सकता है (हम पुष्ट भी कर सकते हैं कि प्रकृति की क्रूर प्रतिक्रिया शुरू भी हो गयी है। जहाँ तक प्रकृति की क्रूर प्रतिकार है अतः आनन्दन दर्शन

मांसाहार पर टिका हुआ है; किन्तु अब वे भी शाकाहार के महत्त्व को जानने लगे हैं और सात्विकता की ओर अपना कदम तेजी से उठा रहे हैं ।

एक किताब है इन्सेक्स । लेखक हैं एम एस मणि । श्री मणि ने इस किताब की भूमिका में लिखा है कि हमने भारत के मानव-जीवन और कीड़ों-मकोड़ों की समानताओं पर इस पुस्तक में जोर दिया है और कहा है कि कीड़े इस देश के आदिवासी हैं, प्रथम भारतीय हैं, जो आज भी हमारे राष्ट्रीय जीवन की विशेषताओं, हमारी महानताओं और हमारी विपत्तियों में बराबर की हिस्सेदारी कर रहे हैं । इस किताब का उद्देश्य कीट-जीवन के प्रति प्रीति उत्पन्न करना है । इसी किताब में उन्होंने कहा है कि हकीकत में जिन कीड़ों को हम उपेक्षा की दृष्टि से देखते हैं वे हमारे प्राकृतिक दृश्यों, हमारी कृषि-संपदाओं, हमारे उद्योग-धन्धों के संरक्षक और शिल्पी हैं । श्री मणि के अनुसार अब तक साढ़े सात लाख कीड़ों की किस्मों का नामकरण किया जा चुका है । कितने कीड़े रहते हैं इस धरती पर इसकी जानकारी हमें नहीं है पर इतना सही है कि उनकी आवादी मनुष्य की आवादी से कई अरब गुना है । यदि यह आवादी मनुष्य-जाति पर हमला कर दे तो कोई ऐसा कीटनाशक नहीं है जो उसकी एकबारगी रक्षा कर सके ।

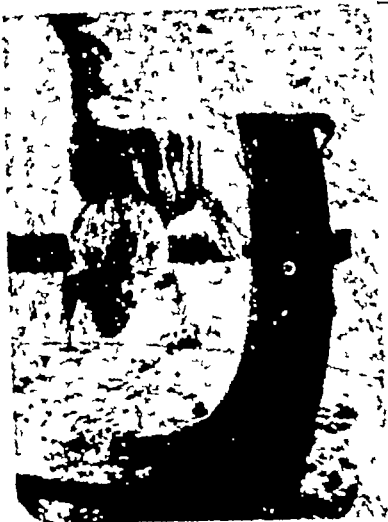
वस्तुतः हमें इन कीट-पतंगों का, इन पशु-पक्षियों का कृतज्ञ होना चाहिये जो हमारी इस धरती को स्वर्ग बनाते हैं/बनाये हुए हैं, किन्तु हम वैसे कहां कर रहे हैं — कर रहे हैं उलटा यानी उनका सहार कर रहे हैं ।

इन कीड़ों को भी आदमी ने नहीं छोड़ा है । अपने स्वाद के लिए उसने इन पर हमला शुरू कर दिया है । अफ्रीका, सूडान, अरेबिया और अमेरिका में टिट्टों/भृगों को चर्वी में तल कर चॉकलेट में पाग लिया जाता है और चटखारे ले-ले कर खाया जाता है । वहां इसे सबसे स्वादिष्ट तश्तरी माना जाता है । हमारी अपनी बहुत-सी जंगली जातियां दीमक को तल कर भसालों में बघार कर खाती हैं, किन्तु यह उनका अज्ञान है — मुश्किल वहां है वास्तव में — जहां सभ्यता के चरमोत्कर्ष के साथ मनुष्य बवंर हुआ है ।

यहां हम कुछ प्राणियों के बारे में, जो मामूम/वेक्यूर/सुशोभन/मांसल/सुकुमार हैं, बता रहे हैं जिनके साथ दुनिया के सुसभ्य मुल्कों ने गजब के जुल्म दाये हैं और जिन्हें नेगनाबूद करने में उन्होंने कोई कोरकसर नहीं छोड़ी है ।

सबसे पहले हम मेंढक को ले रहे हैं । यह एक ऐसा प्राणी है जो जल और जमीन दोनों पर रह लेता है । वर्षा में तो प्रायः इसकी टरं-टरं सुनी ही जा सकती है । भारतीय कवियों ने इसे 'दादुर' कहा है, और जगह-जगह पर इसका वर्णन किया है, किन्तु हमारे देश ने विदेशी मुद्रा के लोभ-लालच में इस पर बेहद जुल्म डाला शुरू किया है । विगत पन्द्रह वर्षों में हमारे मुल्क ने विदेशी मुद्रा कमाने में पागलपन

मे एक नया ही उद्योग शुरू किया है । विदेशों मे भारतीय मेंढकों की टांगें बहुत स्यादिष्ट मानी जाती हैं । आज इनकी विदेशी मांग इतनी अधिक बढ़ गयी है कि मेंढकों की संख्या के लगातार घटते जाने से खेती को नुकसान लगने लगा है । कई सरकारी को, जिनमें आन्ध्र राज्य की सरकार प्रमुख है, इसके बंध पर प्रतिबन्ध



मेंढक क्या कुसूर है इनका ?

नगाना पड़ा है । आन्ध्र में दिसम्बर १९८८ तक के लिए मेंढकों तथा अन्य जन्तुओं के मारने पर कड़ा प्रतिबन्ध लगा दिया गया है ।

घाप घासचयें करेंगे कि हमारे इस देश मे मेंढकों को मारने और उनकी टांगों को घट से छलग करने के कारखाने लगाये गये हैं । कई जगली जातियों और ग्रामीणों को मेंढक पकड़ने की तालीम दी गयी है, उन्हें प्रशिक्षित किया गया है । १९६७ में मेंढक की ५० टन टांगों का निर्यात हुआ था ।

एक मेंढक की टांगों का वजन औसतन १०० ग्राम होता है तदनुसार ५ लाख मेंढक मारे गये ।

१९८० में यह आँकड़ा ३५०० टन हो गया और इस तरह ३ करोड़ मेंढक मौत के घाट उतारे गये । इसके अतिरिक्त चिकित्सा-के-सदभं में मेंढकों की जो जानें डिस्से-क्शन (डिस्सेडन) में जाती हैं उनका तो कोई हिसाब ही नहीं है ।

मेंढक का कुसूर सिर्फ इतना है कि उसकी शरीर-रचना मनुष्य की शरीर-रचना-जैसी है ।

विज्ञान के प्रयोगों में मेंढक तो काम मे आता ही है और-और प्राणी भी उपयोग में आते हैं । अमेरिका की विभिन्न प्रयोगशालाओं में खोबकीन के लिए १९७१

जिन निरोह/मूक/बिभ्रावाज प्राणियों के प्राण लिये गये उनका एक मोटा-सा विवरण इस प्रकार है -

बदर ८५२८३०, सुअर ४६६२४०, बकरे २२,६६९, कछुए ९,८०,०००, विला २,००,०००, कुत्ते ५,००,०००; खरगोश ७,००,०००, मेंढक १५ से २० लाख; जूहे ४,००,००,०००। ध्यान रहे इन प्रयोगों के परिणाम-स्वरूप जो दवाइयाँ बनायी जाती हैं उनका उपयोग हम रोज कर रहे हैं।

जहाँ तक माँसाहार का प्रश्न है वह सीधे-टेंडे कई तरह से हो रहा है। हम कैम्बुल के रूप में लगातार माँसाहार ही कर रहे हैं। कैम्बुल जिलेटिन नामक पदार्थ बनती हैं। जिलेटिन हड्डियों, खुरों, पशुओं के ऊतकों (टिस्सूज) को उवाल कर प्राप्त होता है। इसे पशुओं की झिल्लियों आदि से भी प्राप्त किया जाता है।



बछड़ा

चीज बनाने के लिए रेनेट का इस्तेमाल होता है। रेनेट क्या है? यह एक जाम है जिससे दही जमाया जाता है और फिर उससे चीज बनाते हैं। रेनेट बछड़ों व चतुर्थ अग्न्याशय/आमाशय की झिल्ली में-से मिलता है। हजारों बछड़ों की जान रेनेट के लिए जाती है। कहते हैं रेनेट का विकल्प होंते हुए भी जागके व लिए मनुष्य इसे बेहतर मान रहा है।

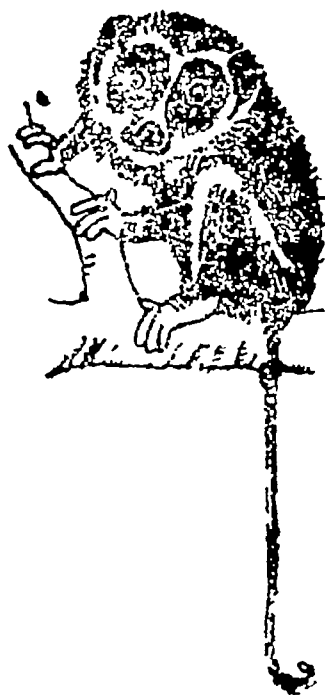


बिज्जू

बिज्जू को मच जानते हैं। यह विल्ली-जैसा छोटा जानवर होता है। इसे भी मनुष्य मरना शोक पूरा करने के लिए मारना शुरू कर दिया है।—सौंदर्य-प्रसाधनों में

इसका उपयोग होता है। इसे बेंतों से सूंटा जाता है ताकि इस ताड़ना से उद्विग्न हो कर उसकी यौन-ग्रन्थि स्रवित हो, फिर इस स्राव को एक तेज धार वाले चाकू से बड़ी निमंमता से खरोंच लिया जाता है। यह सुगंधित होता है, अतः कई तरह के सेंट बनाने के काम आता है। क्या जब आप इत्र-सेंट लगाते, या सूँघते हैं तब आपकी पीठ पर उन बेंतों के दाग उभरते हैं, जो बिज्जू की पीठ का झेलने होते हैं ?

इस तरह हर वर्ष हज़ारों बिज्जू सेंट-उत्पादन के लिए मार डाले जाते हैं।



चोगिन →

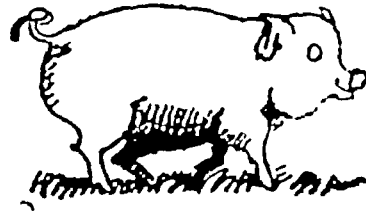
चोगिन को लो। यह नेमूर जाति का एक छोटा/नाटा, मद्गामी बदर है। शीतका शोर जादा से बढ बढ़तायत से पाया जाता है। यह क्वार्ट्मेनम प्राणी है, जो अपने पैरो से राध हो कर ही उन्नेमाल कर करता है। उस मानुस का नांकुमार्य भी पादमी हो चुभ गया।

इसकी प्राँथे जटा प्यारो एडो-यडी नरुग्नियो-जैसी होती है। उसका जिगर प्राँथे इन्सो प्राँथे फँस कर मोदये-प्रसाधन बनाये जाते हैं। इसे स्नेँडर चोगिन के नाम से पुकारा जाता है।



गिनी पिग

गिनी पिग एक शाकाहारी प्राणी है। इसे गिनी पिग इसलिए कहते हैं चूंकि बर्तानिया में इसकी कीमत एक गिनी थी। गिनी एक सोने का सिक्का था, जो सन् १६६३ और १८१३ के बीच ब्रिटेन में प्रचलित था। गिनी पिग दुनिया-भर में पाया जाता है। इसकी चमड़ी पर रोएँ होते हैं। यह चूहे के परिवार का जन्तु है। इसकी चमड़ी काफी स्निग्ध/कीमल होती है। हजामत बनाने के बाद जिस लोशन के उपयोग आदमी अपनी त्वचा पर करता है उसकी सहनशीलता/सवेदनशीलता के जाँच के लिए गिनी पिग की खाल पर प्रयोग किया जाता है ताकि मनुष्य की खाल को कोई हानि न पहुँचे। मनुष्य की खाल बची रहे, उसकी सुन्दरता बरकरार रहे, अतः गिनी पिगों को जानें सेंकड़ों/हजारों की संख्या में ले ली जाती है।



सुअर

सुअर यद्यपि बड़ा बदसूरत जानवर है, किन्तु वह एक मफाईदार जन्तु भी है। मफाई के प्रति हम भले ही इसके ऋणी न हों, किन्तु इतना तो कम-से-कम करें कि इसके बाल, यहाँ तक कि भोंहों भोंहों पलकों के भी, न नोचें और इसे बिन्दा न भूँ। लोग बाल, चर्बी और माँस के लिए सुअर को बिन्दा जला डालते हैं। यह है मनुष्य की क्रूरता का एक जीता-जागता उदाहरण।

भारत में सुअर मारने का सिलसिला 'यूनीसेफ' की पहल पर गुजरात से चला, भारत में आज सुअर मारने की ७ बड़ी फैक्टरियाँ हैं, जिनमें-से एक वॉरीवली बम्बई स्थित नेशनल पार्क में है। यहाँ माफको नामक संस्थान सुअर-के-माँस का उत्पादन करता है। यहाँ जैनों का त्रिमूर्ति तीर्थ भी है।

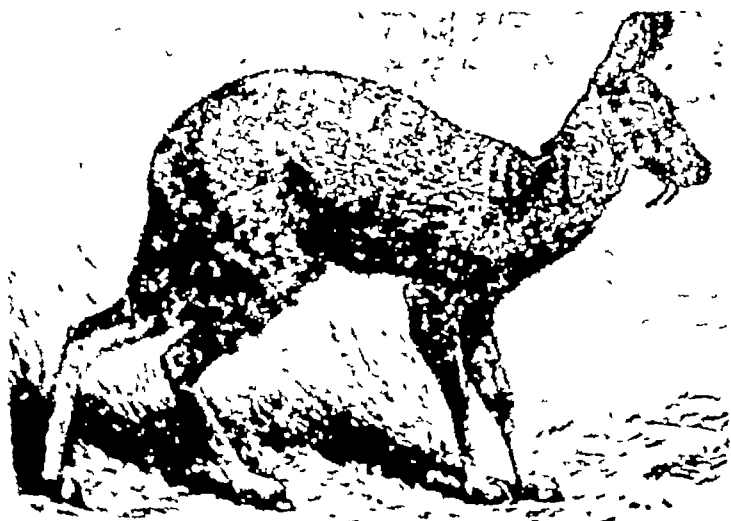
सिवेट दिसी-की-जानि का एक सघन रोसो वाला जानवर है। हिन्दी में इसे गव-मारगार के नाम से जाना जाता है। सब में पहले इसे एक सँकरे पिजरे में डाल दिया जाता है और फिर धीरे-धीरे मता-छेद कर उसकी जान ले ली जाती है। कस्तूरी मृग की जिम तरह कस्तूरी के लिए मारा जाता है ठीक उसी तरह इसकी जान को मज्जित बनाने के लिए ले ली जाती है। माना जाता है कि सिवेट जितना अधिक

गुस्ता करती है उतनी ही अधिक अच्छी और अधिक कस्तूरी प्राप्त होती है, अतः उसे सफ़ाई से पोंच-पोंच कर उत्तेजित किया जाता है ताकि उसकी ग्रन्थि पर कस्तूरी आये और उसे खोंच-खरोंच लिया जाए। यह कस्तूरी सिवेट के चतुर्थ अग्न्याशय/पेट से प्राप्त की जाती है। १५-२० दिन बाद उसका पेट चीरा जाता है और कस्तूरी निकाल ली जाती है।



वीवर

वीवर • मूपक-जंसा जन्तु होता है। इसके शरीर से प्राप्त होने वाला तैल सौंदर्य-प्रसाधन के लिए काम में आता है। चूंकि यह एक रोएँदार जन्तु है, इसलिए इसके उमड़े के कोट भी बनाये जाते हैं। ध्यान दें, एक कोट यानी साठ वीवरों के प्राण। एक वीवर से मिलने वाली खाल बमुश्किल रूमाल-जितनी होती है। वीवर केस्टर वन का पशु है। इसके छोटे-छोटे कान होते हैं, दाँत छँनी की तरह पंने होते हैं, आगे के पाँव छोटे होते हैं, पूँछ झुञ्चर/सघन होती है। इसमें-से केस्टोरियम नामक गंध प्राप्त होती है, जिसे दवा और पफ्युम दोनों के काम में लाया जाता है। इसे मादक द्रव्य के रूप में भी उपयोग में लाते हैं। वीवर को पकड़ना आसान नहीं है, अतः इसे पकड़ने के लिए लकड़ी के खूटे गाड़ कर उस पर लोहे के तारों का जाल बिछाया जाता है। इस जाल में जकड़े वीवर को १५-२० दिनों तक भूख-प्यास से तटपाया जाता है और फिर अन्ततः मनुष्य की गधतृप्ति के लिए इसे उसकी वलि-वेदी पर चढ़ा दिया जाता है।



कस्तूरी नृग-

लोमड़ी और हिरण भी लगातार बड़ी नशसतापूर्वक मारे जा रहे हैं। अभयारण्यों की स्थापनाओं के बावजूद हमारे देश में हिंसा का व्यापक सिलसिला जारी है। कस्तूरीमृग की हमारे काव्य/हमारी संस्कृति/हमारे पुराणों में बड़ी ख्याति है। इस मृग की नाभि में कस्तूरी होती है। यही कस्तूरी उसके प्राणों के लिए घातक सिद्ध हुई है। कश्मीर की घाटियों में हिरण प्रचुरता से पाये जाते हैं। इन्हें फाँसने के लिए घास के नीचे जाल बिछाये जाते हैं, फँस जाने पर इसकी नाभि/टुड़ी काट कर कस्तूरी निकाली जाती है तथा इसके चर्म से चप्पलें/पर्स/खिलौने आदि बनाये जाते हैं। क्या जो इतने आप सँघते हैं उसमें उसकी नाभि पर लगे नशतर की प्रति-ध्वनि आपको नहीं सुनायी देती ?



कराकुल

कराकुल भेड़ों को भी बदकिस्मती के इस शिकजे से गुजरना पड़ता है। कराकुल के रोएँ बेहद महीन, घुंघराले, आकर्षक और सघन होते हैं। स्निग्ध/मसृण रोएँ चमड़ी के लिए ही इसके प्राणों का अपहरण किया जाता है। मनचलों/छैलों की टोपियों और उनकी वेशभूषा के लिए इनकी खाल काम में आती है। माना जाता है कि जन्मपूर्व यदि मेमने को मादा भेड़ के पेट से निकाल लिया जाए तो उसके फर/रोएँ बेहद नफीस/नरम होते हैं। अपने इस बर्बर शौक को पूरा करने के लिए कराकुल को प्रसव-मे-पूर्व ही मार डाला जाता है।

१९७६ में रूस ने कराकुल भेड़ों की सर्वप्रथम खेप उपहार-स्वरूप भारत भेजी थी। विदेशियों के दबाव से, और विदेशी मुद्रा के लालच में कराकुल-का-सवर्द्धन शुरू हुआ। कभी-कभी तो कराकुल के साथ इतना बरहम सलूक किया जाता है कि सुनने पर हमारा रोआँ-रोआँ थर्रा उठता है।

४८ घंटे के मद्य जात कराकुल-शिशु की खाल को व्यापारिक दृष्टि से सर्वोत्तम माना जाता है। इसे प्राप्त करने के लिए कराकुल भेड़को बेंतों से सूँता जाता है, ताकि उसे गर्भपात हो जाए और कन्दाइयों को बक्त-से-पहले कराकुल-भ्रूण मिल जाए। वह बाजार में बहन महँगे दामों पर बेची जाती है। कहाँ जाएगी मानव-सम्यता प्रकृति और प्राकृतिक संवेदा के साथ डम तरह का बदमलूक कर ?

कराकुल को निर्मम हन्या करने वालों से इतना अक्षय्य पूछा जाना चाहिये कि क्या वे एक भी कराकुल बना सकते हैं ? पिटा-टा यासान है, बनाना किसी सस्था, प्रवृत्ति नष्ट या मुश्किल होता है—फिर यह तो चेतना और हडकन का अत्यन्त सवर्द्धन-गोत्र क्षेत्र है—इसमें तो अभवता के अलावा और कुछ हाथ लग ही नहीं

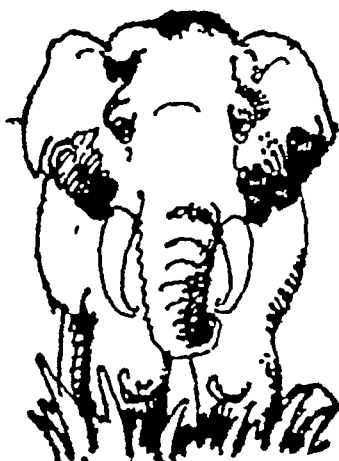


सील मछली के बच्चे

सील मछली के बच्चों के साथ मनुष्य ने जो जुल्म किये हैं उन्हे देखते बादलों की पानी बरसाना बन्द कर देना चाहिये। सील कनाडा में प्रचुरता से पायी जाती है। जो लोग इसके उत्पादनों का व्यापार करते हैं वे इसे वेसबॉल की तरह-बल्ले से पीट-पीट कर मार डालते हैं। नाँवों में लोहे की तीखी सलाई इसके सिर में पीप दी जाती है ताकि इसकी खाल वेदाग/अखण्ड निकल आये। सील-शिशु को खाल से कोट बनाये जाते हैं। जब सील-शिशु लहुलुहान होता है और मादा अपने बून-से-सने तटपते बच्चे को देखती है, तब सूरज तक काँप उठता है और समुद्र तक दहाड पड़ता है, किन्तु ताज्जुब मनुष्य के बबरं शोक को कुछ भी नहीं होता।

सील-शिशु का कोट दुर्लभ वस्तु माना जाता है। वस्तुतः यह इतना चपल होता है कि इसे पकड़ पाना कठिन होता है। शिकारियों को सील के तुरन्त जन्मे बच्चे की तलाश रहती है। वे छिपकली की तरह इस पर भ्र्राँख लगाये रहते हैं। नर्म रोएँदार खाल को प्राप्त करने के लिए १३-१४ दिन के मासूम सील-शिशु को बड़ी बेरहमी से मार डाला जाता है - इतनी बेरहमी से कि एक बार भ्राँसू के भी भ्राँसू घा जाते हैं। औरतें जिन्हें फरुणावान्/सवेदनशील माना जाता है, इसके बने कोट अधिक प्यनती हैं। एक कोट में कम-से-कम ६-१० सील-शिशुओं की मौतें अक्रित रहती हैं।

हापी →



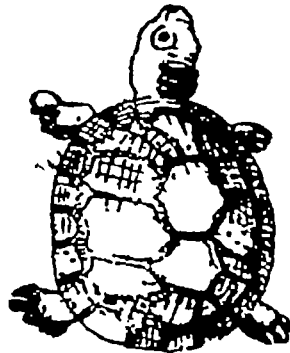
हाथी एक मांगलिक पशु है। यदि स्वप्न में वह आ जाए तो बड़ा शुभ माना जाता है, किन्तु आफ्रिका आदि मुल्कों में इसे जहरीले फल खिला कर मार डाला जाता है ताकि इसके दाँत प्राप्त किये जा सकें और उनसे खिलौने, बाले और चूडियाँ बनायी जा सकें।

क्या किसी हथनी का सुहाग उजाड़ कर हाथी-दाँत की चूडियाँ पहिनना उचित है ?



व्हेल मछली

व्हेल दुनिया की सब में बड़ी शाकाहारी (यह मांस नहीं खाती) मछली मानी गयी है, यह लगभग ६३ फुट लम्बी होती है। यह बड़ी चेतना-संपन्न मछली होती है। इसकी शरीर-रचना मनुष्य की शरीर-रचना की तरह ही जटिल और उत्तम होती है। इसे कई घंटों में मारना संभव होता है। मारने के लिए हार्पिन ग्रीनेड का उपयोग किया जाता है। मांस-लोणुप यद्यपि उसका मांस खा जाते हैं, किन्तु मूलतः इसका उपयोग एंवरगीस नामक सुगन्धित पदार्थ प्राप्त करने के निमित्त ही होता है। इसका जो तैल निकलना है उसे मिमाइलों के पुर्जों को चिकनाने और सुरक्षित रखने के काम में लाते हैं। सील/डॉल्फिन के साथ भी ऐसा ही क्रूर व्यवहार मनुष्य कर रहा है।



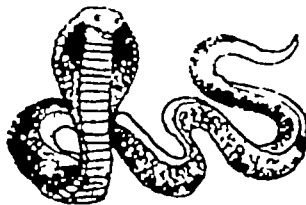
कछुआ

कछुआ जिसे संस्कृत/हिन्दी में कच्छप भी कहते हैं एक कथा-प्रसिद्ध जलचर है, जो पृथ्वी पर भी चल लेता है, किन्तु जो प्रायः नदी-तटों पर गड्ढा खोद कर छुपा पड़ा रहता है।

जो लोग इसकी टोह में रहते हैं वे बड़े कोशल से इसे उलट देते हैं और फिर बड़ी क्रूरतापूर्वक इसके कोमलांगों को टुकड़े-टुकड़े कर सबन्धित कारखानों को बेचते हैं। इसके भ्रवयवों से प्राप्त चर्बी से एक तैल बनाया जाता है जो सौन्दर्य-

प्रसाधन की तरह प्रयुक्त होता है। जिम कछुग का हमारे देश में ढाल के रूप में प्रयोग होता था बिदेशों में आज उसे ही सौंदर्य-प्रसाधनों के रूप में काम में लिया जाता है। क्या हमारी माँ-बहिनें सौंदर्य-प्रसाधनों का इस्तेमाल करते समय अपने विवेक का उपयोग करेंगी नाकि कछुगों की तथा घोर-घोर निर्गोह/निर्दोष प्राणियों की जानें बच सकें ?

साँप



साँप धीन, दर्मा, घोर भाग्न में प्रचुरता में पाया जाना है। इससे लोग इग्ने भी हैं घोर इसका भोजन की तरह उपयोग भी करते हैं। भारत के उत्तरी-पूर्वी हिस्सों में साँप का भोजन की भाँति इस्तेमाल होना है। मध्यप्रदेश की आदिवासी जातियाँ भी इसे खाती हैं। हाँगांग में साँप के गॉल थलडर में अराब/दवाइयाँ बनायी जाती है। साँप की वसा का उपयोग कई औषधियों के निर्माण में होता है। साँप की चमटो का वाणिज्यिक महत्व भी है, उससे पन्/चप्पलें बनायी जाती हैं। साँप की छाल निपाालन का काम बहुत फूर है। साँप को किसी वृक्ष के तने पर बाँधी के ठोक दते हैं घोर फिर एक तेज धार वाले चाकू में उसे चीर डालते हैं तब तब उससे फाटते तबन मांस के लोपडे घोर खून के फव्वारे चाने घोर डिट्टन चिन्न करते हैं।

बाघ



बाघ/बघेरा एक अमिलमोगी सिद्ध है; इसे लक्ष्मी देवता के रूप में पूजा की जाती है। बाघ के त्वे इतने मजबूत हैं कि वे किसी भी जानवर को नहीं खाते हैं। बाघ के त्वे इतने मजबूत हैं कि वे किसी भी जानवर को नहीं खाते हैं।

होने का डर रहना है। बाघ को प्रायः तनियों से बसा जाता है या फिर उसकी पंछ उठा कर गुदा द्वार से गमं भलाया भोक दी जाती है। इस तरह प्राण बाघ को खाले बहुत महंगी प्राती है।



कोस्सेट्टा (रेशम का कीड़ा)

कोस्सेट्टा रेशम के कीड़े को कहते हैं। यह अपने चारों ओर नरम रेशों की गुन्थी (ककून) को जन्मता है और फिर स्वाभाविक रूप से बाहर निकल आता है, किन्तु जो लोग रेशम का कारोवार करते हैं वे इसकी जान लिये बिना नहीं मानते। वे कोस्सेट्टा को खीलते हुए पानी में उबाल-उबाल का मार डालते हैं रेशम के एक कुतूब या साड़ी में कितने कोस्सेट्टाओं की जानें लिपटी होती हैं? हजारों की। क्या वह किलबिलाहट/उनके उबाले जाने के वक्त की पीडा कभी आपको नहीं सताती? आश्चर्य की बात तो यह है कि,

दक्षिण भारत में कर्नाटक से सैकड़ों जैन रेशम का घन्घा करते हैं। इस तरह रेशम प्राकर्पक भले ही हो, अहिंसक जीवन-शैली का भ्रग वह स्वप्न में भी नहीं हो सकता।



बन्दर

मेढक और खरगोश की तरह बन्दर भी मनुष्य की क्रूर वर्चरताओं का शिकार हुआ है। वैज्ञानिकों/चिकित्सकों ने उस पर सर्वाधिक जुल्म ढाये हैं। ये सारे प्रयोग इतने वहशी हैं कि इन्हें पढ-सुन कर किसी के भी प्राण थर्रा उठ सकते हैं। बन्दरों पर दवाइयों के लिए तो प्रयोग हुए ही हैं हेअर डाइ (बालों के खिजाब) के लिए भी कई प्रयोग हुए हैं। इसे एक ट्यूब/नली के जरिये लिप्स्टिक टेल्कम पिलाया जाता है, जिसके दौरान या तो वह खुद-ब-खुद प्रभु को प्यारा हो जाता है या कभी नहीं हुआ तो पोस्टमार्टम द्वारा उसकी विरोधिका-शवित की जांच के लिए उसके प्राण ले लिये जाते हैं।

तब जानते हैं कि बन्दर एक बेहद चंचल शाकाहारी पशु है, सब से बड़ी बात यह है कि टार्विन के अनुसार वह आदमी का पुरखा भी है तो देखें कि हम अपने पुरखों की कंसी फड़ीहत कर रहे हैं? अन्तरिक्ष-यात्रियों के सदभं मे बन्दर के साथ बडा क्रूर प्रयोग किया जाता है। इसके हाथ-पांव और शरीर को जकड कर महीनों डाल दिया जाता है ताकि यह जाना जा सके कि अन्तरिक्ष-यात्री इस अवस्था मे कितने समय तक जीवित रह सकेंगे। सानफ्रान्सिस्को (अमेरिका) मे बन्दरों के साथ जो प्रयोग हुए हैं, वे दिल दहलाने वाले हैं। कई चिकित्सीय प्रयोगों में उनके बाल झड गये हैं और कइयों मे उन्हें पक्षाघात हुआ है।

नेवला बडा वफादार जानवर माना जाता है, किन्तु मनुष्य ने उमे उसकी वफादारी का इनाम उसकी जान ले कर दिया है। वैसे नेवला आसानी से पकड मे नहीं आता है, किन्तु पकडने मे कुशल लोग इसे इसके विल मे-से सडासी द्वारा खींच लाते हैं और मार डालते हैं। इसकी खाल का उपयोग भी फॅशनेबुल वस्तुओं के बनाने में किया जाता है।



गूतरमुंग

गूतरमुंग एक शाकाहारी भोमकाय पक्षी है। यह भी बन्दर से अस्मिता का मिजास होने से नहीं बच सबा है। एक तो जब टड नड उंन है नड नड हन नहीने इसने बाल/रंख नोच सिरे जते हैं, इन्ने इन्ने दहे छंन इन्ना नान लोच ह्य जाते हैं। इसकी खाल का उपयोग वंन बन्दर से होय के नान नंन टोर ने होय के लिए खोने जाते है।



भालू

भालू मदारी की आजीविका का साधन माना गया है। वह इसे नचाता है और अपना पेट पालता है, किन्तु किस्सा यहीं खत्म नहीं हो जाता, भालू/रीछ को नाचना जिस तरह से सिखाया जाता है वह सारा काम बड़ा क्रूर/बेरहम है। उसे गर्म तवे पर खड़ा कर दिया जाता है, जिसकी आँच पा कर वह तडपने लगता है, लोग इसे नाचना मानते हैं। अनुभूति का प्रश्न है। भालू को तवे पर इतना/इतनी बार रखा जाता है कि उसे जीवन-भर यही लगता है कि वह गर्म तवे पर ही खड़ा है। इसे फाँसने का तरीका बड़ा अजीब है। इसे धोखे से गडहे में गिरा कर पकड़ लिया जाता है। इसके २४ से ४८ घंटे के सद्यःजात शिशु को इसलिए मार डाला जाता है चूँकि उसकी खाल बहुत नरम होती है और उससे बड़ी आकर्षक/मुलायम टोपियाँ बन सकती हैं।

इन क्रूरताओं को जानने का एकमात्र मकसद यही है कि हम जब भी किसी चीज को खरीदें अपने विवेक को जागृत रखें तथा ऐसी सामग्री कदापि न लें जो किसी के खून-मे-सनी हो।



कुत्ते

कुत्ते सदियों से मनुष्य की सेवा करते रहे हैं, किन्तु मनुष्य ने कभी इस वफ़ादार कौम के साथ उतना अच्छा व्यवहार नहीं किया, जितना अच्छा किया जाना चाहिये अमेरिका में नर्म खास के कुत्तों का एक साथ कत्ल कर दिया जाता है। इन्हें कठार में खड़ा कर दिया जाता है और बिजली के करंट से मार दिया जाता है। इनमें

अधिकार पप्त होते हैं। इसकी नमं खाल के पसं बनाये जाते हैं। देश की नगर-पालिकाएँ/नगरपालिक निगम ध्रावारा कुत्तो को प्रतिदिन बहुत बडी सख्या में बिजली के शॉक से, या जहर दे कर मार डालते हैं।



मिक (गध-माजरी)

मिक, या चिन्चिल्ला एक रोएँदार खूबसूरत जानवर है। दुर्भाग्य से रोमवाले पशुओं पर आदमी हमेशा से क्रूर टाता रहा है। मिक एक निरीह प्राणी है, जो अपने मसूष/चिक्ने रोषों के लिए मशहूर है। मिक की खाल जिस तरह खींची जाती है, वह एक लोमहर्षक द्रव्य है। इसके फर (रोमों) से टीपियाँ/कोट/स्वेटर/खिलौने/ब्लैकेट/पसं/सोट-कम्बूसें इत्यादि बनाये जाते हैं। जिनकी खाल का आदमी सगातार इस्तेमाल करता आ रहा है वे हैं खरगोश, कराफुल, भेड, मिक, गिलहरी, रोछ, कुत्ता, बकरा आदि। मिक लगभग २० सेंटीमीटर लम्बा जानवर होता है। यह नर-यानर (प्राइमेट) श्रेणी का जन्तु है। इसके कान गोल, घाँसें सुदीर्घ, और प्रांजल होती हैं। यह ज्यादातर दक्षिण भारत और लफा में पाया जाता है। विश्व में मिक-उत्पादनों में विगत चालीस वर्षों में काफी वृद्धि हुई है। अब तो भारत भी होड में आगे आ गया है (घच्छाइयों की होड में आगे आने की आदत वह धीरे-धीरे भूल रहा है)। आज से ४० साल पहले साढ़े तीन लाख मिकों की हत्या होती थी, किन्तु आज यह सख्या डार्ड करोड हो गयी है पर्यात् हर साल दुनिया में डार्ड करोड मिक मौत के घाट उतार दिये जाते हैं, क्यों ?

स्पष्टतः मनुष्य के मौज-मोक के लिए। दुःखद यह है कि मिकों का सारा जीवन पिशरो में बीतता है, किन्तु जैसे ही इनकी घमडी व्यापारिक दृष्टि से काम में आने-बैती हो जाती है, इन्हे मार डाला जाता है।

फर/रोएँ के व्यापार ने भारत की भी हिता-की अन्तहीन दौड में ला छडा किया है। बरमौर में कुतू में बोर्ड सत्तर सौत दूर आरसी है जहाँ खरगोश की खाल का एक ब्यबसाय चला किया गया है। खरगोशों के सबदेन के लिए फार्म बनाये गये हैं, जिनमें खरगोशों की दलभिए पाला जाता है ताकि आगे चल कर उनको खाल खींची जाए और बिदेसी मुदा की दंग में आरक्षित किया जाए। जिन तरह बरमौर में खरगोश की खाल उतारी जाती है ठीक ऐसे ही चीनमें (राज्यपान) में ग्राकुस भेडों की खाल उतारी जाती है।

घाइये, फिर एक बार मिक-के-किस्से पर आयें। मिक-शिशु बहुत सुन्दर होता है, शिशु दुनिया-भर के सुन्दर और निरीह होते हैं। वे भगवत्-रूप होते हैं। इन शिशुओं की पीठ पर एक सुनहला पट्टा होता है, जो बड़ा होने पर लुप्त हो जाता है, अतः इन्हें कम उम्र में ही मार डाला जाता है।

इन पट्टों से महिलाओं-के-कोट बनाये जाते हैं। एक कोट में सैकड़ों पट्टे लगते हैं। यूरोप और अमरीका की अमीर महिलाएँ 'चिन्चिल्ला कोट' पहनती हैं। यह कोट संसार का सबसे महँगा कोट माना जाता है।

खरगोश की खाल तो खींची ही जाती है उसे कई और-और प्रयोगों में भी शहीद होना होता है।

बाजार में तरह-तरह के शोम्पू मिलते हैं, किन्तु शायद आप नहीं जानते कि इन शोम्पू-तरलों में खरगोश का अन्धत्व/उसकी मौत घुली हुई है।

कहीं शोम्पू इनका उपयोग करने वाली कोमलांग नारियों की आँख न ले बैठे, या कहीं उनके कोमल चर्म/त्वक् को कोई नुकसान न पहुँच जाए, अतः प्रयत्न किया जाता है कि इसे अधिकाधिक निरापद बना लिया जाए। ऐसा करने में खरगोश की आँखें चली जाती हैं और उनमें खून उभर आता है। शोम्पू को

बाजार में लाने से पहले उसे खरगोश की नरम आँखों में डाला जाता है। ऐसा उसे बाँध कर ही किया जा सकता है, क्योंकि इससे जो तड़पन और कष्ट उसे होता है उसकी हम कल्पना नहीं कर सकते। आँखें खुली रहने के लिए कभी तो उसकी पलकों को टाँक दिया जाता है और कभी आइसोपनस का उपयोग किया जाता है।

हम समझते हैं शोम्पू के स्थान पर और बहुत सारे विकल्प हैं जिनका उपयोग सरलता से और अधिक प्रभावशीलता के साथ किया जा सकता है।

एस्ट्रोजन प्राप्त करने की कथा भी बड़ी दर्दनाक है। एस्ट्रोजन परफ्यूमरी के काम आता है। इसे गर्भवती घोड़ी के मूत्र से प्राप्त किया जाता है। घोड़ी को डहों से मारा जाता है ताकि मूत्र दे और अधिकाधिक एस्ट्रोजन उपलब्ध हो। एस्ट्रोजन के लिए घोड़ी को प्रायः गर्भवती रखने की कोशिश भी की जाती है। और भी हैं कई जुल्म आदमी के जो वह लगातार पशुओं पर, और प्रकृति पर ढा रहा है, किन्तु हमने यहाँ चुने हुए कुछ इसलिए दिये हैं ताकि हमारा विवेक जगें और हम रोजमर्रा के काम में आने वाली वस्तुओं को अहिंसा के संदर्भ में ही खरीद सकें, या काम में ला सकें।



खरगोश

○ भारत में मुजर मारने का मिलमिला 'यूनीसेफ' की पहल पर गुजरात में बना। भारत में आज मुजर मारने की ७ बड़ी फैक्टरियाँ हैं, जिनमें-से एक वागीपरी इन्टर-नैशनल पाक में है। यहाँ 'मापको' नामक संस्थान मुजर-के-मास का उत्पादन करता है। यही जैतियो का विमूर्ति तीर्थ भी है। - पृ १४

○ शीघ्रता १५-२० दिनों तक गूख-प्याम में तउपाया जाता है और फिर अन्त मसूख की गधतृप्ति के लिए उसे उमकी वनिवेदी पर चढ़ा दिया जाता है। - पृ १५

○ क्या जो उत्र आप संपते हैं उसमें कस्तूरी मृग की नाभि पर लग नशतर की प्रतिक्रिया आपको नहीं मुनायी देती ? - पृ १६

○ ४८ घंटे के मछ जात करगुल-शिशु की पाल को व्यापारिक दृष्टि में सर्वोत्तम माना जाता है। उसे प्राप्न करने के लिए करगुल भेड को वैंतो से मूँता जाता है, ताकि उसे गर्भपात हो जाए और बन्नाइयो को वक्त-से-पहले करगुल-भ्रूण मिल जाए। इसी पाल बाजार में बहुत महँगे दामों पर बेची जाती है। कहीं पहुँचेगी मातृ-जन्मता प्रकृति और प्राकृतिक सपदा के साथ इस तरह का बदसलूक कर ? - पृ १६

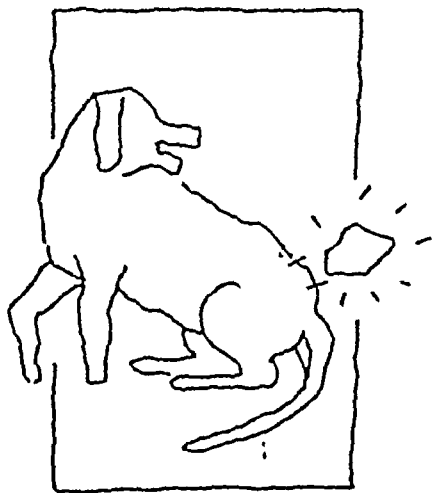
“जिस क्षण मनुष्य की ये वर्तारें थमेंगी उस दिन फिर यह धरती सुखद/सह्य बनेगी; किन्तु अफसोस, हिंसा का दौर बढ़ रहा है और पृथ्वी-पर-से पशु-पक्षियों की कई नस्ले समाप्त हो रही हैं। कीटनाशक दवाओं और रासायनिक द्रवों ने इस सदी में जो गजब ढाया है, वह किसी महाप्रलय से कम नहीं है। यह दुनिया बहुत बड़ी है। खूबसूरत है। इसमें पहाड़ हैं। घने वन हैं। कल-कल बहती नदियाँ हैं। निरन्तर प्रवाहित झरने हैं। कुहुकती कोयले हैं। फुदकते चंचल-चपल बदर हैं। तेज-दौड़ते खरगोश हैं। भागती-कूदती गिलहरियाँ हैं। नामालूम कितने मासूम प्राणी हमारी इस धरती के निवासो हैं; किन्तु मजा यह है कि वे हमें निभा रहे हैं और हम उन्हें निभा नहीं पा रहे हैं।”

थंकर शाकाहार प्रकोष्ठ प्रकाशन-१



20





ना बाबा ना

ना बाबा ना

डॉ. नेमीचन्द

ना वावा ना
डॉ नेमीचन्द

© हीरा भैया प्रकाशन

प्रकाशन : हीरा भैया प्रकाशन
६५, पत्रकार कॉलोनी,
कनाडिया मार्ग,
इन्दौर- ४५२ ००१ मध्यप्रदेश

चित्राकण सप्तोप जडिया
संयोजन : आर पाचाल

पहली बार : नवम्बर १९९२
दूसरी बार : अप्रैल १९९४
तीसरी बार : अक्टूबर १९९४
चौथी बार : नवम्बर १९९५
पांचवी बार : फरवरी १९९६
छठी बार फरवरी १९९७
सातवीं बार : मई १९९७

कुल प्रतियाँ : २७,०००
मुद्रण नईदुनिया प्रिंटेरी,
बाबू लाभचन्द छजलानी मार्ग,
इन्दौर- ४५२ ००९ मध्यप्रदेश

मूल्य तीन रुपये

ISBN 81-85760-05-5

अन्तर्राष्ट्रीय मानक पुस्तक संख्या-
81-85760-01-5

सुनिये

ना बाबा ना ब्रह्मण्ड है इसलिए कि यह हिमा, हत्या, मून-भरावा, मारकाट, क्रूरता और आतंक के इन अप्रिय-बीभत्स घणों में हमारे आगे सड़ी पीढ़ी के मन में कर्षणा की मिसरी घोलने का काम करती है। यदि हम हर काम में कर्षणा की पहल नहीं करेंगे तो तय है कि हमारी बेरहम-निष्ठुर मानसिकता पूरे देश को जड़-मूल से उखाड़ देगी।

मेरा मानना है, हम सब भी यही देख-सुन रहे हैं, कि हमारे देश में — कहे पूरी दुनिया में — हरना ने बड़ी मजबूती और ताकत से अपने पाँव जमा लिये हैं।

हम अपनी अर्थ-व्यवस्था, समाज-संरचना, नीति, धर्म, मस्कृति आदि का ध्यान रखे बिना मात्र शौक, मनोरंजन, स्वाद, और सुविधा के लिए अपने पर्यावरण का सर्बनाश करने पर आमादा है और उन जीव-जन्तुओं तथा पेड़-पौधों का, जो सदियों से हमारा माप दे रहे हैं, व्यापक महार कर रहे हैं।

मान-मान और रहन-सहन के अशुद्ध और हिंसक हो जाने की वजह से हम हर कहीं युद्ध लड़ रहे हैं, कई मुल्तों को भूमसरी की भट्टी में झोक रहे हैं, हत्याएँ कर रहे हैं, हरी-भरी धरती को रंगिलान बना रहे हैं, और इस तरह, अलन अपनी आने वाली पीढ़ी की राह में कई डान रहे हैं।

इन गोटी-नी पुस्तिका में मैंने उन विषय परिस्थितियों की ओर नर्कमगन इशारा किया है जिनमें हम दब नसने हैं और कर नसने हैं अपने पर्यावरण की रक्षा।

हमारा बर्तन्य है कि हम स्कुलो/परिवारों में बच्चों को यह बनाये कि पेड़-पौधे और पशु-पक्षी हमारे साथी-भगानी हैं, उन हम उन्हें बोट बोट न दे उनकी जी-जान में रक्षा करे, उन्हें प्यार दे, और बरने में उनसे अक्षर मनोरंजन प्राप्त करे।

हमें विश्वास है या नली-नी बिनार पर-पर की देखतीज पर सुनरा कर जा नदी होगी और अक्षर-रुद्ध सबके बाग्य का ऊनर नरेंगे देगी।

सुनिये

ना बाबा ना अद्भुत है इसलिए कि यह हिंसा, हत्या, खून-खराबा, मारकाट, क्रूरता और आतक के इन अप्रिय-बीभत्स क्षणों में हमारे आगे खड़ी पीढ़ी के मन में कठिनाई की मिसरी घोलने का काम करती है। यदि हम हर काम में कठिनाई की पहल नहीं करेंगे तो तय है कि हमारी बेरहम-निष्ठुर मानसिकता पूरे देश को जड़-मूल से उखाड़ देगी।

मेरा मानना है, हम सब भी यही देख-सुन रहे हैं, कि हमारे देश में — कहे पूरी दुनिया में — क्रूरता ने बड़ी मजबूती और ताकत से अपने पाँव जमा लिये हैं।

हम अपनी अर्थ-व्यवस्था, समाज-संरचना, नीति, धर्म, संस्कृति आदि का ध्यान रखे बिना मात्र शौक, मनोरंजन, स्वाद, और सुविधा के लिए अपने पर्यावरण का मर्बनाश करने पर आमादा हैं और उन जीव-जन्तुओं तथा पेड़-पौधों का, जो मदियों से हमारा साथ दे रहे हैं, व्यापक महारार रहे हैं।

खान-पान और रहन-सहन के अशुद्ध और हिंसक हो जाने की वजह से हम हर कहीं युद्ध लड़ रहे हैं, कई मुल्कों को भुखमरी की भट्टी में झोक रहे हैं, हत्याएँ कर रहे हैं, हरी-भरी धरती को गिस्तान बना रहे हैं, और इस तरह, अन्ततः अपनी आने वाली पीढ़ी की राह में कांटे डाल रहे हैं।

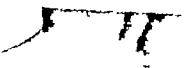
इस छोटी-सी पुस्तिका में मैंने उन विषय परिस्थितियों की ओर तर्कमग्न इशारा किया है जिनसे हम बच सकते हैं और कर सकते हैं अपने पर्यावरण की रक्षा।

हमारा कर्तव्य है कि हम स्कूलों/परिवारों में बच्चों को यह बनावे कि पेड़-पौधे और पशु-पक्षी हमारे साथी-साथी हैं, अतः हम उन्हें कोई कष्ट न दे, उनकी जी-जान से रक्षा करें, उन्हें प्यार दें, और बदले में उनसे भरपूर मनोरंजन प्राप्त करें।

हमें विश्वास है यह नन्ही-सी किताब घर-घर की देहलीज पर मुस्करा कर जा खड़ी होगी और आवातवृद्ध सबको कठिनाई का अमर मदेश देगी।

नवीर,
1 दिसम्बर 1992

—डॉ. नेमीचन्द्र,
संपादक 'तीर्थकर' 'शाकाहार-क्रान्ति'



ना वावा ना
डाँ नेमीचन्द

© हीरा भैया प्रकाशन

प्रकाशन : हीरा भैया प्रकाशन
६५, पत्रकार कॉलोनी,
कनाडिया मार्ग,
इन्दौर- ४५२ ००१ मध्यप्रदेश

चित्राकण : सतोप जडिया
संयोजन : आर पाचाल

पहली बार : नवम्बर १९९२
दूसरी बार : अप्रैल १९९४
तीसरी बार : अक्टूबर १९९४
चौथी बार : नवम्बर १९९५
पाँचवीं बार : फरवरी १९९६
छठी बार : फरवरी १९९७
सातवीं बार : मई १९९७

कुल प्रतियाँ : २७,०००
मुद्रण नईदुनिया प्रिंटरी,
बाबू लाभचन्द छजलानी मार्ग,
इन्दौर- ४५२ ००९ मध्यप्रदेश

मूल्य तीन रुपये

ISBN 81-85760-05-5

अन्तर्राष्ट्रीय मानक पुस्तक संख्या-

81-85760-01-5

ना वावा ना
डॉ नेमीचन्द

© हीरा भैया प्रकाशन

प्रकाशन : हीरा भैया प्रकाशन
६५, पत्रकार कॉलोनी,
कनाडिया मार्ग,
इन्दौर- ४५२ ००१ मध्यप्रदेश

चित्रांकण : सतोप जडिया
संयोजन : आर पाचाल

पहली बार : नवम्बर १९९२
दूसरी बार : अप्रैल १९९४
तीसरी बार : अक्टूबर १९९४
चौथी बार : नवम्बर १९९५
पांचवी बार : फरवरी १९९६
छठी बार : फरवरी १९९७
सातवीं बार : मई १९९७

कुल प्रतियाँ : २७,०००
मुद्रण नईदुनिया प्रिंटर,
बाबू लाभचन्द छजलानी मार्ग,
इन्दौर- ४५२ ००९ मध्यप्रदेश

मूल्य तीन रुपये

ISBN 81-85760-05-5

अन्तर्राष्ट्रीय मानक पुस्तक सख्या-
81-85760-01-5

सुनिये

ना बाबा ना अद्भुत है इसलिए कि यह हिंसा, हत्या, खून-खराबा, मारकाट, क्रूरता और आतंक के इन अप्रिय-बीभत्स क्षणों में हमारे आगे खड़ी पीढ़ी के मन में करुणा की मिसरी घोलने का काम करती है। यदि हम हर काम में करुणा की पहल नहीं करेंगे तो तय है कि हमारी बेरहम-निष्ठुर मानसिकता पूरे देश को जड़-मूल से उमाड़ देगी।

मेरा मानना है, हम सब भी यही देख-सुन रहे हैं, कि हमारे देश में — कहे पूरी दुनिया में — हूरता ने बड़ी मजबूती और ताकत से अपने पाँव जमा लिये हैं।

हम अपनी अर्थ-व्यवस्था, समाज-सरचना, नीति, धर्म, सस्कृति आदि का ध्यान रखे बिना मात्र शौक्र, मनोरजन, स्वाद, और सुविधा के लिए अपने पर्यावरण का मर्बनाश करने पर आमादा हैं और उन जीव-जन्तुओं तथा पेड़-पौधों का, जो मदियों से हमारा साथ दे रहे हैं, व्यापक महार कर रहे हैं।

खान-पान और रहन-सहन के अशुद्ध और हिंसक हो जाने की वजह से हम हर कहीं युद्ध लड़ रहे हैं, कई मुल्कों को भुखमरी की भट्टी में झोक रहे हैं, हत्याएँ कर रहे हैं, हरी-भरी धरती को गिस्तान बना रहे हैं, और इस तरह, अन्त अपनी आने वाली पीढ़ी की राह में काँटे डाल रहे हैं।

इस छोटी-सी पुस्तिका में मैंने उन विषम परिस्थिनियों की ओर तर्कमगत इशारा किया है जिनसे हम बच सकते हैं और कर सकते हैं अपने पर्यावरण की रक्षा।

हमारा कर्तव्य है कि हम स्कूलों/परिवारों में बच्चों को यह बजाये कि पेड़-पौधे और पशु-पक्षी हमारे साथी-सगाती हैं, अतः हम उन्हें कोई कष्ट न दे, उनकी जी-जान से रक्षा करे, उन्हें प्यार दे, और बदले में उनसे भरपूर मनोरजन प्राप्त करे।

हमें विश्वास है यह नन्ही-सी किताब घर-घर की देहलीज पर मुस्करा कर जा खड़ी होगी और आवालवृद्ध सबको करुणा का अमर मदेश देगी।

न्दिर,
1 दिसम्बर १९९२

—डॉ० नेमीचन्द्र,
संपादक 'तीर्थकर' 'शाकाहार-क्रान्ति'

ना बाबा ना

दो घटनाएँ अकस्मात् याद आ रही हैं। एक टीचर हैं। सूझबूझ के धनी। बैठकखाने में बैठे चाय की चुस्कियाँ ले रहे हैं। खुश हैं। खबती नहीं हैं, किन्तु उनमें एक जानलेवा आदत है। जहाँ भी चीटियाँ दीख पड़ती हैं, उन्हें गिन-गिन कर मार डालते हैं। रूम की फर्श पक्की है। टाइल लगे हैं, किन्तु ज़िन्दगी-ज़िन्दगी है, वह पाताल/पाषाण फोड़ कर भी उबक आती है। एक दरार में-से काली चीटियों का एक रेला चला आ रहा है। टीचरजी की आँख उन पर पड़ गयी है। वे उन्हें मारने लगे हैं। मैं अवाक् हूँ। हाथ पकड़ना चाहती हूँ—पकड़ नहीं पा रही हूँ। पूछ रही हूँ—यह क्या कर रहे हैं? क्यों ले रहे हैं नन्ही जान इन चीटियों की? क्या विगाडा है इनने आपका? बोले—विगाडा कुछ नहीं है, पर मैडम, मज़ा आता है। मैं उठ कर चली गयी और फिर कभी उस बैठकखाने में नहीं गयी।

एक बार एक सज्जन से आकस्मिक भेट हो गयी। वे सोफे पर बैठे थे। बरसात के दिन थे। उनके रहने का तरीका बहुत स्वच्छ नहीं था। मक्खियाँ चारों ओर थी। मक्खियों का कोई दोष भी नहीं था। यदि स्वच्छता होती तो शायद वे वहाँ न होती, किन्तु मैं स्तब्ध हूँ कि ये सज्जन भी उन टीचर महाशय की तरह मक्खियों पर पिले पड़े हैं। और वेतहासा मारे जा रहे हैं। आसपास मक्खियों का ढेर है और ये इत्मीनान से बैठे हैं। मैंने पूछा— यह आप क्या कर रहे हैं? बोले मैडम, यह तो रोज का काम है। इसमें मुझे आनन्द आता है। आई सिम्पली एजाँय दिस। मुझे मतली-जैसी हो आयी और मैं हाथ जोड़ कर बिना कुछ बोले भाग खड़ी हुई।

जाने से पहले इन दोनों से मैंने एक सवाल किया था — क्या आप कोई चींटी या मक्खी हैं?

टीचरजी ने कहा— देखिये बहिनजी, बनाना हमारा काम नहीं है। हम मिटा सकते हैं, बना नहीं सकते, बनाने वाला अपना काम कर रहा है, हम अपना काम कर रहे हैं। हम दोनो ने अपना-अपना काम बाँट लिया है। मैंने उठते-उठते उनसे कहा था — और यदि कोई कनपटी-मार जैसे रक्तपिपासु से आपका वास्ता पड जाए और आप उसके शिकार हो जाएँ तो क्या हो? बोले कानून है जो उस पर लागू होगा और हम या हम-जैसे बचा लिये जाएँगे। यानी आदमी ने अपने लिए कानून बना रखे हैं और दूसरे प्राणियों की रक्षा के लिए कानून नहीं है! मक्खीमार महाशय ने कोई उत्तर नहीं दिया। वे शायद कुछ सोचने लगे हो।

पर ऐसा नहीं है कि दुनिया में सिर्फ क्रूर/विरहम/अविवेकी लोग ही हैं। कुछ रहमदिल लोग हुए हैं, जिनका ध्यान मनुष्य की दुष्टताओं और क्रूरताओं की ओर गया। अतीत में, नमी मुल्को में ऐसे लोगों की कमी नहीं रही है।

ऋषि-मुनि-सत अहिंसा पर समर्पित रहे हैं और उन्होंने पेड-पौधों/पशु-पक्षियों को गले लगाया है— उनकी प्राण-रक्षा के लिए अपने प्राणों की बाजी लगायी है। उनकी एक-एक साँस ने दुनिया की हर एक साँस का सम्मान किया है।

अमेरिका में एक आदमी हुआ क्लीवलैंड एमोरी (न्यूयॉर्क/ इस सदी का आठवाँ दशक) जिसने पशुओं पर होने वाली ज्यादतियों और क्रूरताओं, अत्याचारों और जुल्मों के खिलाफ आवाज उठायी और लाखों प्राणियों की जान बचायी। वह कहा करता था कि हम दयालु/करुणावान् क्यों नहीं हो सकते? (व्हाय काट वी वी काइड?)। ऐसा क्या है जो हमें दयालु होने से रोकता है? इसी तरह का काम 'विजटी विदाउट क्रुएल्टी' की सस्थापिका लेडी मुरील डार्जिडिंग ने किया। वे दया/करुणा की प्रतिमूर्ति सिद्ध हुईं।

क्या हम अपनी रोज़मर्रा की जिन्दगी में करुणा को सम्मिलित

मुर्दा आहार (डेड फूड) की श्रेणी में आता है, अतः दुनिया-भर के लोगो ने अब इस सचार्ड को मानना शुरू कर दिया है कि जो जितना अधिक मासाहार करता है, वह उतना अधिक हृदयाघात (हार्ट-अटैक), अम्लता (एसिडिटी), अतितनाव (हायपर-टेशन) और यहाँ तक कि कैंसर के नजदीक भी होता जाता है। विश्व-भर से प्राप्त आँकड़ो से अब यह बिलकुल स्पष्ट हो गया है कि भलीभाँति सतुलित शाकाहार ही स्वास्थ्यप्रद जीवन का एकमात्र उपाय है।

४५. शाकाहार के उत्पादन में जल की कम-से-कम खपत होती है। उदाहरण के लिए प्रस्तुत हैं कैलीफोर्निया के ये आँकड़े—

| एक पाँड | गैलन/जल | एक पाँड | गैलन/जल |
|---------|---------|--------------|---------|
| टमाटर | २३ | अगूर | ७० |
| आलू | २४ | दूध | १३० |
| गेहूँ | २५ | अण्डे | ५४४ |
| गाजर | ३३ | चूजे | ८१५ |
| सेबफल | ४९ | सूअर-का-माँस | १६३० |
| सतरा | ६५ | गोमास | ५२१४ |

उल्लेखनीय है कि यदि कोई व्यक्ति हफ्ते में पाँच बार ५-५ मिनट फव्वारा-स्नान करे तो प्रतिदिन २० गैलन जल के हिसाब से हफ्ते-भर में १०० गैलन जल का उपयोग करेगा अर्थात् पूरे वर्ष में ५,२०० गैलन जल। इसका मतलब यह हुआ कि एक पाँड गोमास के उत्पादन में जितना पानी लगता है उससे कम में एक व्यक्ति आराम से पूरे वर्ष स्नान कर सकता है।

४६. लोमा लिंडा यूनिवर्सिटी (अमेरिका) स्थित स्वास्थ्य अनुसंधान केन्द्र के निदेशक डॉ. गेरी फ्रेज़र ने कहा है कि ताजा अध्ययन इस बात का सकेत देते हैं कि बादाम, काजू, पिस्ता, अखरोट आदि में वीटा केरोटिन, विटामिन ई और विरोधी ऑक्सीकर (एंटी-ऑक्सीडेंट्स) होते हैं, जो कैंसर से रक्षा कर सकते हैं।

४७. बोस्टन-स्थित 'ओल्डवेज़ प्रिजर्वेशन एंड एक्सचेज ट्रस्ट', जो आहार, पाकशास्त्र और कृषि की सांस्कृतिक परम्पराओं की रक्षा और उनके सार्वभौम विनिमय के लिए समर्पित है, ने एक नये भूमध्यसागरीय आहार फार्मूले का प्रतिपादन किया है, जिसे 'भूमध्यसागरीय आहार पिरामिड' नाम दिया गया है। पिरामिड है— वृक्ष की गिरियाँ

टीचरजी ने कहा— देखिये बहिनजी, बनाना हमारा काम नहीं है। हम मिटा सकते हैं, बना नहीं सकते, बनाने वाला अपना काम कर रहा है, हम अपना काम कर रहे हैं। हम दोनों ने अपना-अपना काम बाँट लिया है। मैंने उठते-उठते उनसे कहा था — और यदि कोई कनपटी-मार जैसे रक्तपिपासु से आपका वास्ता पड जाए और आप उसके शिकार हो जाएँ तो क्या हो? बोले कानून है जो उस पर लागू होगा और हम या हम-जैसे बचा लिये जाएँगे। यानी आदमी ने अपने लिए कानून बना रखे हैं और दूसरे प्राणियों की रक्षा के लिए कानून नहीं है। मक्खीमार महाशय ने कोई उत्तर नहीं दिया। वे शायद कुछ सोचने लगे हो।

पर ऐसा नहीं है कि दुनिया में सिर्फ क्रूर/विरहम/अविवेकी लोग ही हैं। कुछ रहमदिल लोग हुए हैं, जिनका ध्यान मनुष्य की दुष्टताओं और क्रूरताओं की ओर गया। अतीत में, नमी मुल्को में ऐसे लोगों की कमी नहीं रही है।

ऋषि-मुनि-सत अहिंसा पर समर्पित रहे हैं और उन्होंने पेड़-पौधों/पशु-पक्षियों को गले लगाया है— उनकी प्राण-रक्षा के लिए अपने प्राणों की बाजी लगायी है। उनकी एक-एक साँस ने दुनिया की हर एक साँस का सम्मान किया है।

अमेरिका में एक आदमी हुआ क्लीवलैंड एमोरी (न्यूयॉर्क/ इस सदी का आठवाँ दशक) जिसने पशुओं पर होने वाली ज्यादतियों और क्रूरताओं, अत्याचारों और जुल्मों के खिलाफ आवाज़ उठायी और लाखों प्राणियों की जान बचायी। वह कहा करता था कि हम दयालु/करुणावान् क्यों नहीं हो सकते? (व्हाय कांट वी वी काइड?)। ऐसा क्या है जो हमें दयालु होने से रोकता है? इसी तरह का काम 'बिउटी विदाउट क्रुएल्टी' की सस्थापिका लेडी मुरील डार्जिडिंग ने किया। वे दया/करुणा की प्रतिमूर्ति सिद्ध हुईं।

क्या हम अपनी रोजमर्रा की जिन्दगी में करुणा को सम्मिलित

नहीं कर सकते? क्या हम दुनिया के तमाम

प्राणियों/पशु-पक्षियों/पिंड-पौधों/ कीड़े-मकोड़ों को अपना सखा/ दोस्त नहीं बना सकते? जब ये सब/सारे मिल कर हमारे जीवन की रक्षा करते हैं, तब फिर क्या हमारा यह कर्तव्य नहीं है कि हम सब मिल कर इनकी जीवन-रक्षा के लिए हर पल तैयार रहे?

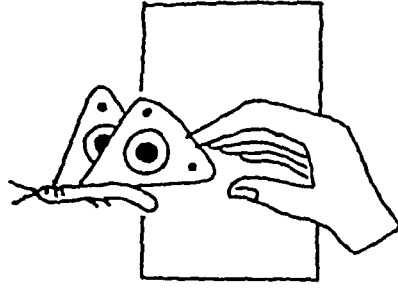
किन्तु ऐसा हम कर कहाँ रहे हैं? कौन है जो गौतम बुद्ध की तरह कहे कि पशु-पक्षियों को माता-की-माँनिद प्यार और वात्सल्य दो? है कोई जो गाँधी के स्वर में स्वर मिला कर कहे कि पशु-पक्षियों के प्रति दुर्व्यवहार पशु-वध के समान है। ईसा मसीह/ पैगम्बर मुहम्मद कहाँ कौन है जो यह कह रहा हो कि पशु-पक्षियों पर जुल्म करो, उन्हें सताओ, उनकी जान लो, उन्हें मारो— या उन्हें अपना आहार बनाओ। इनमें-से कोई एक भी इस तरह का उपदेश नहीं दे रहा है

पर्यावरण-विज्ञानी भी अब कह रहे हैं कि दुनिया के समस्त प्राणियों

का अस्तित्व एक-दूसरे पर निर्भर है। एक की हत्या का मतलब दूसरे की हत्या है न सही तत्काल, किन्तु पूरे लोक में कहीं-न-कहीं/ कभी-न-कभी।

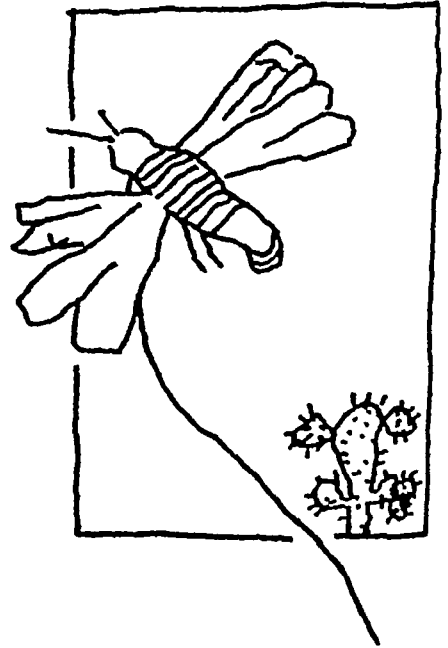
तो सवाल उठता है कि क्या हम मनोरजन या विनोद के लिए तितली, चिड़िया, भौरा इत्यादि को मारे, उन्हें सताये, या उनका शिकार करे? एक फुदकती चिड़िया को गुल्लक का निशाना बनाने में कौन-सी शूरवीरता है? एक तोते को पीजरे में डाल कर और वह भी सकरे पीजरे में डाल कर उसे पीडा पहुँचाना कौन-सी दिलेरी है— क्या हमें ऐसी सारी क्रूरताएँ करनी चाहिये? क्या कानून में कहीं ऐसे दुष्ट लोगों के लिए कोई प्रावधान है? तो आइये हम ऐसे कुछ प्रसंगों को सतोप जड़िया की सरल रेखाओं में देखे और अपनी जुल्म-ज्यादतियों पर रुक कर विचार करे।

आप तितली पकड़ रहे हैं? न बाबा न, यह गजब न ढाये। इस रगविरगे अस्तित्व को अपने 'होने' का अहसास होने दे— आनन्द में



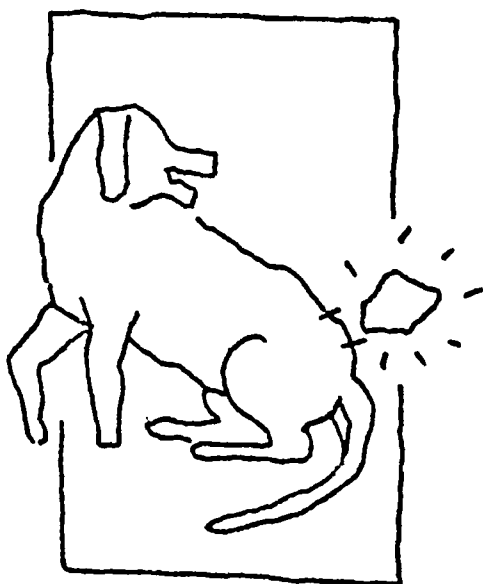
दे, ठीक उसी तरह जिस तरह आप अपने 'होने' का मजा ले रहे हैं। वह आपको पकड़ रही है क्या? इसके उपकार आप नहीं जानते। यह एक फूल से दूसरे पर जा कर एक-दूसरे को एक-दूसरे का सदेश देती है— उनके सबर्द्धन में सहयोग करती है। उन्हें प्यार देती है। उन्हें चूमती है। उन्हें बढ़ते रहने का आशीर्वाद देती है और हमारी आँखों में आनन्द की अद्भुत तरंगें पैदा करती हैं तो फिर आप भला इसे क्यों सताये? आप इसे मारिये मत— इसे इसकी भरपूर आजादी में जीने दीजिये और इसकी तरह सक्रिय और उपयोगी बनिये। कोई भी प्राणी एक पाठशाला है—

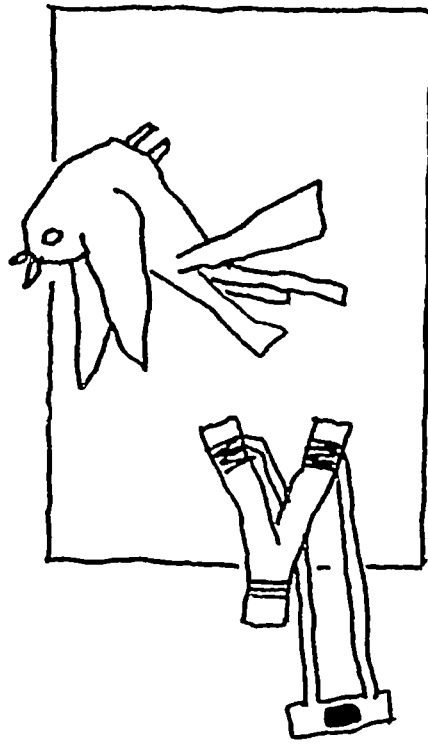
इन सारी पाठशालाओं को धराशायी क्यों किये जा रहे हैं? और यहाँ यह क्या कर रहे हैं? आपने तो उसे पतंग के किन्नो की



तरह बाँध दिया है और उडा रहे हैं! उसे आपने अपना गुलाम बना लिया है और यदि कोई और आपके साथ इस तरह का सुलूक करे तो तब आप क्या करेगे? न भाई न, ऐसा मत कीजिये और इस कहावत का ध्यान रखिये कि आप सबके साथ ऐसा ही बर्ताव करे जैसे-कि-आशा आप उनसे अपने लिए करते हैं। भला बबूल, या थूहर वो कर क्या बबूल अथवा थूहर के अलावा और किसी की आशा कर सकते हैं?

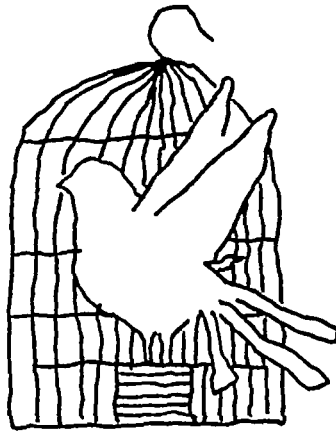
और इस स्वामिभक्त कुत्ते ने आपका क्या बिगाडा है कि आप इस परे यूँ ही चलते रास्ते पत्थर चला रहे हैं। यह अपनी डगर चल रहा है, आप अपनी, न कोई हस्तक्षेप, न कोई दखलदाजी— फिर ऐसा क्यों कर रहे हैं जनाब इस प्राणी के साथ, जो आपकी सावधान पहरेदारी करता है और समय आने पर आपके लिए जासूसी भी करता है? वह कब आप कर कोई ढेला फेकता है?





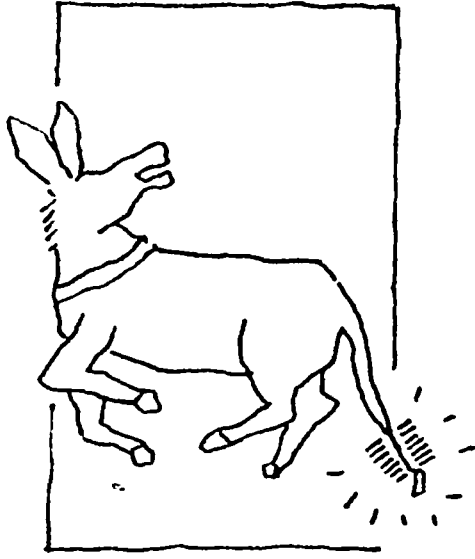
और यह लीजिये अब आपने अपने हाथ में गुलेल थाम ली है। खुदा के लिए इसे फेक दीजिये। उडते, 11 बैठे पछी की छाती में आप इसे मत दागिये। क्या पता यह बेचारा अपने बच्चों के लिए चुग्गा ले जा रहा हो या इसकी प्रेयसि घोंसले ने इसका इतजार करती हो? यदि आपके साथ ऐसा कुछ घटित हो कि आप अपने बाल-बच्चों के लिए नाश्ता ला रहे हो या आपकी प्रियतमा आपकी प्रतीक्षा करती हो और आप पर कोई गोली दाग दे

तब आपके घर में कैसा कोहराम मचेगा? क्या आपके घर और इसके घोंसले में कोई फर्क है? सुनें, इस विश्व-नीड में, दुनिया के घोंसले में आप और यह दोनों रहे हैं— इसे प्यार कीजिये, इसे प्यार दीजिये और पूरी दुनिया को प्रसन्नताओं से भर इसकी खुशियाँ बढ़ाइये— इसकी खुशियाँ छीनिये मत। ध्यान रखिये. क्रूरता खुशियाँ छीनती है, करुणा खुशियाँ बरसाती है।



और यह क्या आप तो एक पीजरा ले आये हैं। यह तो काफी सँकड़ा है। वेहद छोटा। पखेरू/पछी बड़ा है। पीजरा छोटा है। एक तो पीजरे मे इस बेचारे को आप कैद किये दे रहे हैं और दूसरे इसकी तमाम आवासीय सुख-सुविधाएँ छीने ले रहे हैं। यह तो बेचारा अपने पर भी ठीक से फडफडा नहीं सकेगा! इसे दाना दीजिये। इसे पानी दीजिये। और बदले मे इससे मनोरजन लीजिये, या फिर इसे आजाद कर दीजिये। जब अग्रेजो के पीजरे मे आप, या आपकी चेतना गुलाम थी तब आपको कैसा लगता था?

कारावास मे हंजारो हिन्दुस्तानियो ने सकट के दिन बिताये है— फि हम इस नन्ही-सी ज्ञान को पीजरे मे डाल कर कुवेर का कौन-सा खजाना हासिल करने जा रहे हैं? मिहरबानी करके इसे आजाद कीजिये— खुद भी आजाद रहिये। यदि इसे कैद से रिहा नहीं करना चाहते हो तो कृपया इसका एक राजनैतिक कैदी की तरह ख्याल तो रखिये ही ताकि बदले मे व्ह अपनी लीलाओ मे, अपने चहकने से, आपका मनोरजन कर सके— कम-से-कम इन्ने अन्ने बर का खदखद नां नाद ही लीजिये!



और हाँ, यदि दीवाली ही आयी है तो इस गधे या कुत्ते ने आपका क्या बिगाडा है? इसकी पूँछ मे फटाका बाँध कर आप इसकी जान के पीछे हाथ धो कर क्यों पडे है? इसे मत सताइये। चैन से रहने दीजिये इसे। तनिक सोचिये कि यदि इस गधे की जगह आप होते (बहुत से हैं) और यह आपकी जगह, और यह चुप-चाप आपकी धोती, कुर्ते, या कमीज या कही भी फटाका बाँध देता तो आप क्या करते— इसकी जान बरूशते क्या? यदि नहीं, तो फिर आप

इसकी लाचारी का फायदा क्यों उठा रहे हैं? क्या एक सुसभ्य नागरिक का यह फर्ज नहीं है कि वह खुद जिये और औरो को चैन की साँस लेने दे? क्या इन पशु-पक्षियों को जीने-का-हक नहीं है?

महापुरुषो के इस कथन पर विचार कीजिये— 'जियो, जीने दो'— और हिसाब लगाइये कि कही आपके द्वारा दुनिया की पगतलियों मे काँटे तो नही चुभोये जा रहे है?

हमारी धारणा है कि जो भी हम करते हैं वह न्यायोचित होता है, उसे कोई चुनौती नहीं दे सकता, वह कानूनन है, और फिर कानून बनाने वाला है कौन? मनुष्य ही न। इसलिए वह कहता है, कानून कानून की जगह है, मैं अपनी जगह। कानून मैदान या चरित्र के लिए भला कैसे हो सकता है? उसकी सही जगह या तो कचहरी है या किताब, जीवन उसकी जगह कतई नहीं है

कुछ लोग ऐसे हैं जो कानून के बारे में कुछ जानते ही नहीं हैं, उन्हें नहीं ज्ञात कि कानून किस चिडिया का नाम है और जिन्दगी में उसकी क्या उपयोगिता है? दो जून रोटी नसीब होने पर वे मान लेते हैं कि कानून है— यदि ऐसा न होता तो उन्हें रोटी कैसे मिलती?

इस तरह पूरी दुनिया में ज्यादातर लोग या तो कानून जानते ही नहीं हैं, या जान कर भी उसकी इज्जत नहीं करते या फिर कानून विपदाओं में उनकी मदद से चूक जाता है।

और उनके असम्मान का शिकार हो जाता है।

जहाँ तक कागजी कार्रवाई का सवाल है, आदमी काफी कुशल है। उसने कानून की बारीकियों से लायब्रेरियाँ भर दी हैं। वह कानून की कई पत्र-पत्रिकाएँ साया करता है।

कानून बनाने के लिए उसने विधान-सभाएँ बना रखी हैं। लोग उसका मुस्तैद पालन करें, इसलिए उसने पुलिस-व्यवस्था की है।

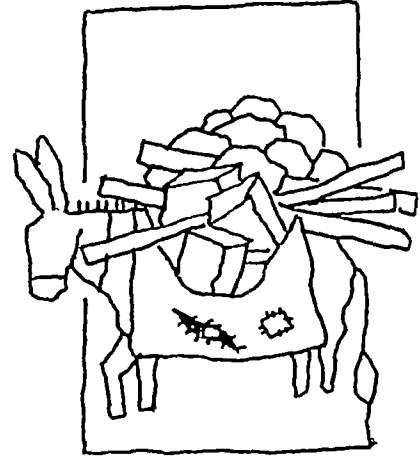
अब यह बात अलग है कि कानून बनाने वाला खुद-ब-खुद कानून तोड़ रहा है और ऐसा करते हुए बड़ी शान बघार रहा है।

जहाँ तक कानून बनाने का सवाल है, मनुष्य ने न सिर्फ अपने हित में बल्कि पशु-पक्षियों के हितों की रक्षा के लिए भी कानून बना दिये हैं। वह जहाँ एक ओर बेरहम, क्रूर, वेसब्र, बदहवास और वहशी किस्म का सामाजिक प्राणी है, वहीं दूसरी ओर वह दयालु, रहमदिल, शान्तिप्रिय, सावधान, और सम्य भी है— यही कारण है कि उसने पशु-पक्षियों के साथ

दयापूर्ण व्यवहार हो, उनके साथ कोई क्रूर/बर्बर बर्ताव न कर सके इस दृष्टि से १९६० ई में एक कानून बनाया — 'पशु क्रूरता निवारण अधिनियम' जिसकी ग्यारहवी धारा में उसने पशुओं के साथ आमतौर पर होने वाली क्रूरताओं को न सिर्फ चुनौती दी वरन् उन्हें निरूपित भी किया— उन पर कडा प्रतिबन्ध लगाया।

कानून कहता है कि हम पशु-पक्षियों को पालें। यह हमारा हक या शौक हो सकता है, किन्तु हम उन पर जुल्म ढाये उनके साथ जगली बर्ताव करे, यह तर्क-सगत नहीं है। हम जिन पशुओं से खेती करवाते हैं, जिनसे अपनी आवश्यकता की वस्तुओं को ढो कर एक जगह से दूसरी जगह ले जाते हैं। जिन पर सवार हो कर हम दूर-दराज तक की यात्राएँ करते हैं, या जिन्हें रख कर अपना स्टेटस या अपना रौब बढ़ाते हैं, उन्हीं के साथ हम क्रूरता करते, यह बिल्कुल मुनासिब नहीं है। इस बारे में हमें सोचना चाहिये और पास-पड़ोस ही नहीं,

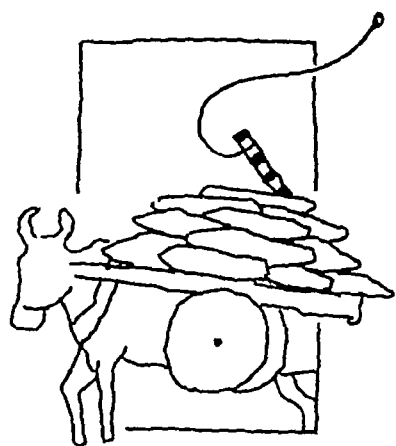
दुनिया के तमाम पशु-पक्षियों के साथ दयापूर्ण व्यवहार का संस्कार विकसित करना चाहिये। मसलन,



यदि किसी धोबी या कुम्हार के पास गधा है, तो उसे यह अधिकार तो है कि वह उस पर कपड़ों का गट्ठड लादे और उसे घर-से-घाट और घाट-से-घर लाये, ले जाए; कुम्हार ईटे या मटके-गमले उस पर लाये, ले जाए, और भी कोई भार या बोझ लादे, किन्तु यह हक उसे नहीं है कि वह उस पर जी चाहे उतना वजन लादे कई बार इतना कि उस बेचारे की उसे ढोते-ढोते जान ही साँसत में पड़ जाए।

बीच-बीच में वह रुके। मुँह से झाग का झरना फूट पड़े। हॉफने लगे। कॉपने/थरने लगे। चलने से इनकार कर दे।

हम यह जाने कि किसी भी पशु पर उसकी क्षमता से अधिक भार लादना कानूनन जुर्म है। ऊपर हमने जिस अधिनियम की चर्चा की है उसके अन्तर्गत १९६५ ई में एक नियम बनाया गया था, जिसमें पशुओं पर लादे जाने वाले वजन की सीमाएँ निर्धारित की गयी हैं।



मसलन

यदि छोटा बैल या पाडा जिसका वाहन-सहित वजन २५० किलोग्राम हो तो बॉलवेअरिंग वाले दुपहिया वाहन पर १०००, टायर वाले वाहन पर ७५०, सामान्य वाहन पर ५०० और सीधे उस पर १०० कि.ग्रा वजन लादा जा सकता है।

यदि बैल या पाडा मध्यम श्रेणी का ३५० कि ग्राम वजन का है तो उस पर बॉलवेअरिंग वाले वाहन से १,४००, टायर वाले वाहन से १,०५०, सामान्य वाहन से ७००

और सीधे उससे १५० कि ग्रा वजन की ढुलाई की जा सकती है। बड़े बैल या पाडा जिसका वजन यदि ३५० किग्रा से अधिक है तो बॉलवेअरिंग वाले वाहन पर उससे १,८००, टायर वाले वाहन पर १,३५० और सामान्य वाहन पर ९०० तथा सीधे १७५ किग्रा माल ढोया जा सकता है। घोड़े या खच्चर पर टायर वाले वाहन से ७५०, सामान्य गाडी से ५०० और सीधे उससे २०० किग्रा, टट्टू पर टायर वाले वाहन पर ६००, सामान्य पर ४०० और सीधे ७० किग्रा, अँट पर सामान्य

वाहन पर १,००० तथा सीधे उस पर २५० किंरा, और गधे पर ५० किंरा वजन ढोना कानून की नज़र मे वैध है। इससे अधिक वजन लादने या ढोने पर सबधित व्यक्ति को दण्डित किया जा सकता है।

कानून मे स्पष्ट किया गया है कि पशुओ का जो वजन दिया गया है उसमे वाहन का वजन भी सम्मिलित है। यदि किसी वाहन को दो पशु ढोते है तो वजन को दुगुना किया जा सकता है। कानून मे उतार-चढाव, काम के घटे, काम के समय का तापमान, लगातार काम लेने के बाद विश्राम, तथा बीमार पडने पर इलाज और परिचर्या की व्यवस्था भी है। किन्तु मुश्किल यह है कि मनुष्य एक स्वार्थी किस्म का प्राणी है जो किसी भी प्राणी से कम-से-कम खुराक दे कर अधिकतम काम लेना चाहता है। आज भी होटलो मे अमीर घर-घरानो से काम करने वाले मासूम बच्चो के साथ जो बर्ताव किया जाता है वह पशुओ के साथ किये जाने वाले दुर्यवहार-जैसा ही

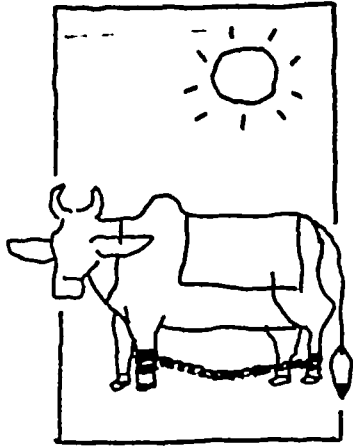
होता है।

ऐसे मे हमारा कर्तव्य है कि जब भी हम किसी पशु-पक्षी पर कोई अन्याय या अत्याचार होता देखे तो उसके मालिक के खिलाफ शिकायत दर्ज कराये और उसे समुचित दण्ड दिलवाये।

कोई पशु दुर्बल, मरियल, सीकिया या बीमार है, लादा हुआ वजन ढो नही पा रहा है, किन्तु उसका मालिक उसे विवश कर रहा है कि जो माल उसकी पीठ पर है उसे वह ठिकाने तक हर हालत मे पहुँचाये— और ऐसा न कर पाने पर पशु को कोडे मार रहा है, उसके पुट्टो पर नुकीली आर चुभो रहा है, उसकी पूँछ मरोड रहा है उसे तरह-तरह की यातनाएँ दे रहा है तो कानून की आँखो मे यह जुर्म है, जिसके लिए उसे दण्डित किया जाना चाहिये।

सवाल यह है कि क्या हम एक कर्तव्यनिष्ठ नागरिक की हैसियत से ऐसे क्रूर पशु-मालिको पर कानून लागू हुआ देखना चाहते हैं या नही? इसी तरह कुछ लोग इतने पत्थर-दिल के होते है कि

उनका क्रूर-कठोर वर्ताव देख कर ग्रेनाइट की चट्टाने भी आँसू बहाने लगती हैं।

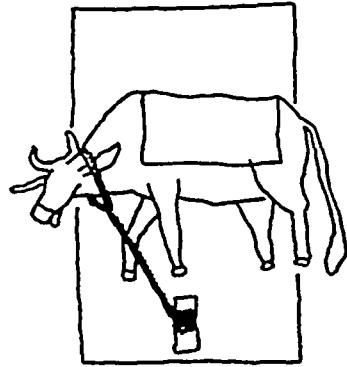


वे किसी भी पशु से जीवन-भर मशक्कत तो लेते हैं; किन्तु उसके बीमार पडने या उसके बुढ़ा जाने पर न तो उसका इलाज करवाते हैं और न ही उसकी कोई देख-भाल करते हैं।

वल्कि कही भाग न जाए— उस पर उनका स्वामित्व बना रहे इस नीयत से उसके पावो में वेडियाँ डाल कर, या लकड़ी का खरप्पा बाँध कर उसे गलियों या सड़को पर छोड़ देते हैं। कानून की नज़र में यह एक गभीर अपराध है। कानून की आँख चाहे जैसी हो,

क्या मनुष्य की आँख को मनुष्य की आँख बनाये रखने की चिन्ता हमें नहीं करनी चाहिये, किन्तु दुर्भाग्यवश हुआ यह है कि मनुष्य ने अपनी आँख की जगह किसी रक्त-पिपासु भेडिये की आँख लगा ली है और वह उन पशुओं पर, जो आजीवन उसकी सेवा करते हैं, जुल्म डाने लगा है।

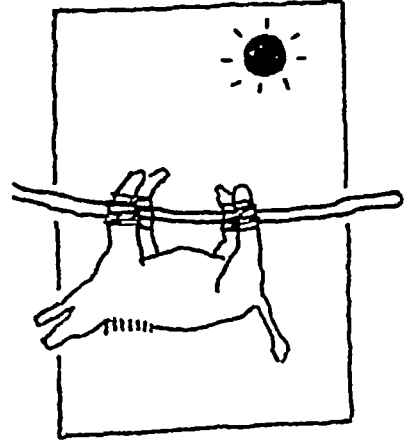
गाँवों में, और शहर की बाहरी बस्तियों में ऐसे बीभत्स दृश्य आपको आमतौर पर देखने को मिल जाएँगे, जहाँ क्रूरता की हृद होती है। गाय, या अन्य किसी



जानवर की गर्दन को उसके अगले पाँवों से बाँध दिया जाता है और

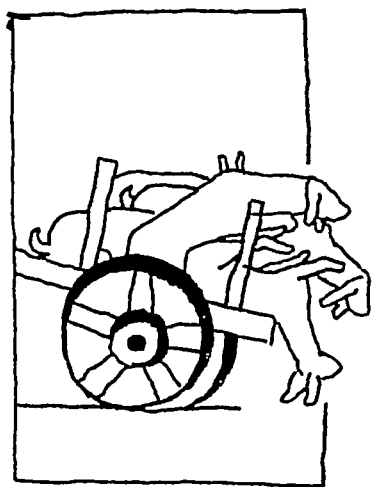
फिर उसे भगवान् के भरोसे छोड़ दिया जाता है। इस साँसत में पशु विकलाग भी हो सकता है, या फिर उसकी मौत भी हो सकती है। ऐसे लोग उसी श्रेणी में आते हैं, जिस श्रेणी में वे लोग आते हैं जो गौओं को कम दूध देने या दूध न देने के कारण कसाई के क्रूर हाथों में बेच देते हैं बगैर यह सोचे कि पशु चाहे जैसा हो वह सिर्फ दूध ही नहीं देता उसके अलावा भी बहुत कुछ देता है, और क्या हम अपने परिजनों को उनके अनुपयोगी, विकलाग या अनुत्पादक होने पर कसाई के हवाले कर देते हैं? अधिक दूध प्राप्त करने के लिए, 'फूँका' आदि करना भी कानूनन जुर्म है।

ऐसे नजारे आपको अब शहरों में भी मिल जाएँगे जिनमें सुअरों/भड़ुरियों को बाँस या लाठी पर औघ्रा लटका कर बड़ी बेरहमी से ले जाते हैं और उन्हें लाठियों से मूँतते हैं, या उनमें चर्बी हासिल करने के लिए उन्हें लपलपाती लपटों पर भून डालते हैं। सुअरों के बालों को ब्रश आदि के लिए



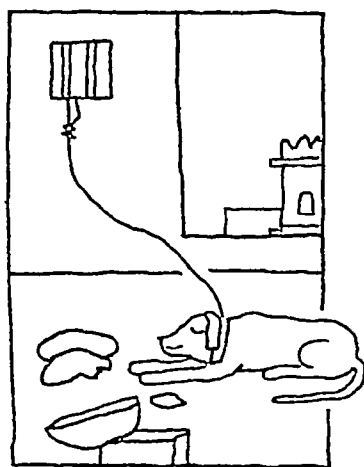
जिस तरह से नोचा जाता है, उसकी करुण कथा रोगटे खड़ी करने वाली है।

सुअरों की बढ़ती आबादी के साथ उन पर जुल्म भी बढ़े हैं। इन अत्याचारों पर न तो आम नागरिकों का कोई ध्यान है और न ही जीव-जन्तु-कल्याण बोर्ड ही कोई ध्यान दे रहा है। सुअरों को साइकिल-के-कैरियर पर भीड़-भरी सड़कों पर ले जाते देखना अब बहुत सामान्य हो गया है। क्या हम मनुष्य की इन क्रूरताओं और बर्बरताओं पर कोई काबू पा सकेंगे?



कर ले जाया जाता है कत्लघरो की ओर तब इनमे-से कई एक तो मार्ग मे ही दम तोड देते हैं। भेड-बकरियो को एक पल के लिए भी बैठने नही दिया जाता। उन्हे परी यात्रा मे खडा और भूखा-प्यासा रखा जाता है। सफर चाहे जितना लम्बा हो, क्रूरता की तीव्रता मे कोई फर्क नही पडता। क्रूरता की यह कथा इतनी पीडादायी है कि हम सामान्यत तो उसकी कल्पना भी नही कर सकते। आप शायद न जानते हो कि पशुओ के साथ क्रूर वर्ताव करना कानूनन जुर्म है, जिसके लिए किसी को भी पचास रुपये

इसी तरह आमतौर पर हम पशुओ को ट्रको, बैलगाडियो, रिक्शो आदि मे ठूस कर ले जाते देख सकते हैं इस तरह कुछ कि वे एक-दूसरे पर होते हैं। उन्हे वाहन मे न तो ठीक तरह से खडे रहने, के लिए कोई जगह होती है और न ही सांस लेने को। मुर्गी-पालन केन्द्रो (पौल्ट्री फार्मों) की स्थिति भी ऐसी ही दयनीय है। वस्तुत इनका नाम 'मुर्गी-पालन केद्र' है, किन्तु असल मे ये 'मुर्गियो के कत्लघर' हैं। पशुओ को जब निर्जीव वस्तुओ की तरह ठूस-ठूस

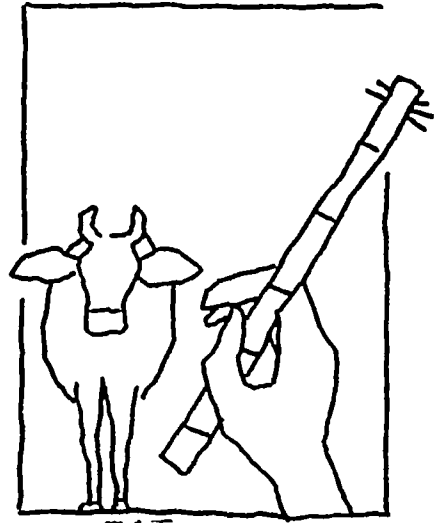


आर्थिक दण्ड या तीन मास की सजा भुगतनी पड़ सकती है, किन्तु ये दोनों इतने कम हैं कि इससे क्रूरता के क्रूर और भयावह कदम रोकने में अधिक मदद नहीं मिली है।

यदि किसी कुत्ते या किसी अन्य पशु को आपने छोटी रस्सी से बाँध कर उसकी स्वाधीनता को कम किया है या उसे पीडा-दायक स्थिति में डाला है या उसे हानिकर औषधि दी है तो यह जुर्म है और इसके लिए आपको सजा दी जा सकती है। इस तरह भेड़-बकरियों, मुर्गियों आदि को

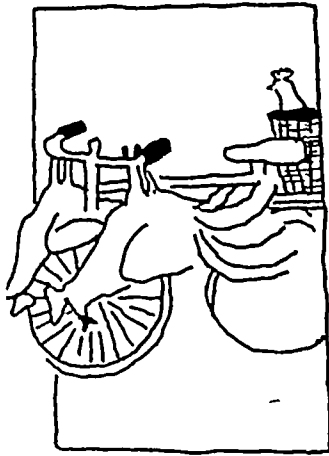


कस कर बाँध कर थैलो, टोकरियों, तग खोखो आदि में भर कर साइकिलो या अन्य वाहनो पर ले जाने अथवा उन्हें साइकिल के हैंडिल पर या उसके केरियर पर औंधा लटका कर ले जाने को भी जुर्म माना गया है। कानून की दृष्टि में यह एक गभीर किस्म का अपराध है, अतः एक सुशिक्षित नागरिक का यह कर्तव्य है कि वह ऐसे मामलो की रपट लिखाये और अपनी जागरूकता का परिचय दे।



कुछ ऐसे लोग हैं जो पशुओं को पीट कर, उन्हें प्रताडित कर उनसे उनकी क्षमता से अधिक काम लेते

हैं। वे उन्हें न तो पेट-भर खाने को देते हैं और न ही उनकी ठीक से देख-भाल करते हैं, उलटे कैंटीले कोटो या आर वाले डडो के बल पर उनसे अधिकतम काम लेते हैं। पशुओं के साथ इस तरह का क्रूर वर्ताव भी जुर्म माना गया है।



मुर्गे-मुर्गियों को हाथों में या साइकिल पर औंघा लटका कर ले जाना जहाँ एक ओर क्रूरता है वही दूसरी ओर कानून की नज़र में जुर्म भी है।

आम आदमी यह नहीं जानता कि जो लोग पशु-पक्षियों के साथ इस

तरह का सलूक करते हैं उन पर कोई कानून लागू होता है भी या नहीं। नतीजतन ऐसे दृश्य बढ़ते जा रहे हैं और हम तथा कानून दोनों इस ओर से बेखबर हैं।

इस सिलमिले में हमारा कर्तव्य बनता है कि हम आम आदमी तक कानून की जानकारी पहुँचाये ताकि पशु-पक्षियों को इस तरह की प्रताड़ना और त्रासदायी स्थितियों से कोई राहत मिल सके। वे लोग जो जीव-दया-मण्डलो का संचालन करते हैं, उनकी ज़वाबदारी है कि वे समय-समय पर जुलूस निकाले, जागरण-यात्राएँ आयोजित करे और लोगों को कानून की बारीकियाँ तथा गहराइयों बताये। कुछ ऐसी राज्य सरकारें हैं जिन्होंने कानून तो बना लिये हैं, किन्तु किन्हीं कारणों से वे उन्हें अभी तक प्रभावशील नहीं कर पायी हैं। ऐसे राज्यों पर हमें सामाजिक दबाव लाना चाहिये ताकि वर्तमान सदी के अन्त तक पशु-पक्षियों पर होने वाले अत्याचारों का अन्त हो सके और उनके प्रति लोक-मैत्री जैसी कोई भावना उत्पन्न की जा सके।

कौन है जो गौतम बुद्ध की तरह
 कहे कि पशु-पक्षियों को माता की
 मानिंद प्यार और वात्सल्य दो?
 है कोई जो गाँधी के स्वर में स्वर
 मिला कर कहे कि पशु-पक्षियों के
 प्रति दुर्व्यवहार पशु-वध के समान
 है। ईसा मसीह/पैगम्बर मुहम्मद
 कहों कौन है जो यह कह रहा हो
 कि पशु-पक्षियों पर जुल्म करो,
 उन्हें सताओ, उनकी जान लो,
 उन्हें मारो— या उन्हें अपना
 आहार बनाओ। इनमें-से कोई एक
 भी इस तरह का उपदेश नहीं दे
 रहा है।

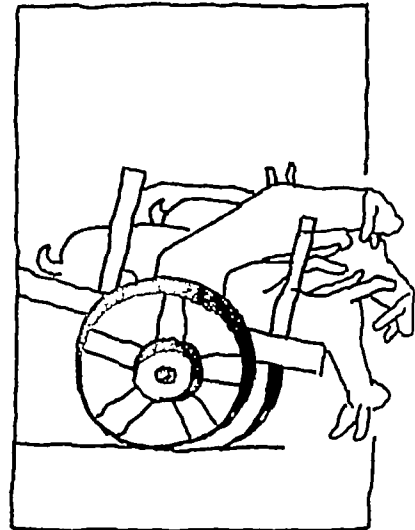
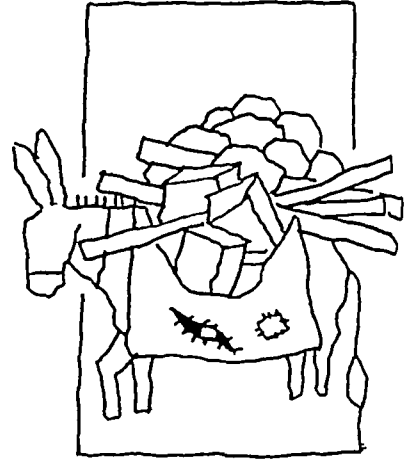
पर्यावरण-विज्ञानी भी अब कह रहे
 हैं कि दुनिया के समस्त प्राणियों
 का अस्तित्व एक-दूसरे पर निर्भर
 है। एक की हत्या का मतलब दूसरे
 की हत्या है न सही तत्काल; किन्तु
 पूरे लोक में कहीं-न-कहीं/कभी-न-
 कभी।

ना बाबा ना
 डॉ नेमीचन्द

अन्तर्राष्ट्रीय मानक पुस्तक सख्या

८१-८५७६०-०५-५

*SBN 81-85760-05-5



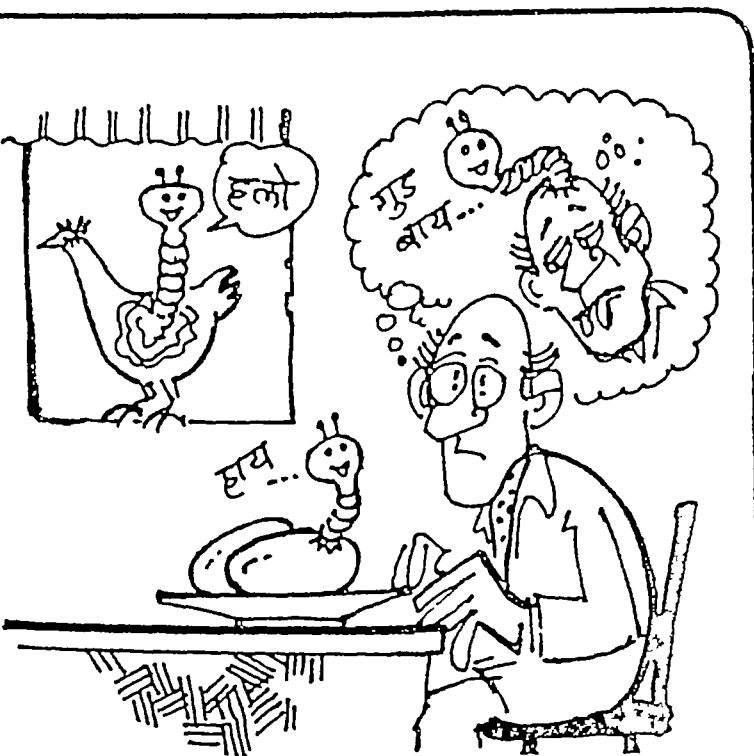
क्या
आप अण्डा खा रहे हैं?
नहीं,
बल्कि
असहियत यह है
कि

अण्डा
आपको
खा रहा
है....



अण्डों में साल्मोनेला टाइफीम्यूरियम बैक्टीरिया होता है

'साल्मोनेला टाइफीम्यूरियम' भोजन को संपूषित करने वाला एक अति प्रचलित बैक्टीरिया है। इससे संपूषित भोजन खाने से टाइफाइड (मोतीझरा) हो जाता है, जिसमें बैक्टीरिया (जीवाणु) यकृत और गाल ब्लैडर को विशेष रूप से प्रभावित करता है। यह संक्रमण जल्दी ही हड्डी, मज्जा, गुर्दे, फेफड़ों, तिल्ली आदि में फैल जाता है और ब्रोंकाइटिस तथा निमोनिया जैसे भयंकर रोग उत्पन्न कर देता है। इसी तरह 'स्टेफीलोकोकस एयरस' द्वारा संपूषित भोजन के इस्तेमाल से 'एंटराटाक्सिन' उत्पन्न होते हैं, जो हमारे शरीर में पहुंच कर तीव्र जठरान्त अव्यवस्था उत्पन्न कर सकते हैं। बीमार जानवर का मांस स्वाभाविक रूप से संपूषित होता है। ऐसे मांस को पकाने से विषैले पदार्थ नष्ट नहीं हो पाते। - विज्ञान प्रगति, दिल्ली/जुलाई 1984



मुर्गियों की अंतड़ियों को एक खूबसूरत गेस्ट हाउस समझ कर उनमें 'सालमोनेला एन्टेरिटाइडिस' नामक बैक्टीरिया फलता-फूलता रहता है, जो उनके अण्डाशयों को छूतहा बना कर सीधा एग येलो (पीतक) में पहुँच जाता है। परिणाम स्वरूप अण्डा खाने वाले को डायरिया (अतिसार), पेट में ऐंठन, बुखार, मितली जैसे रोगों का शिकार होना पड़ता है। कई बार वह जानलेवा भी साबित होता है।

अण्डा यानी अड्डा कई असाध्य बीमारियों का



अण्डा-उत्पादन-गृह (हैचरियाँ), जो अण्डा देने वाली मुर्गियाँ तैयार करते हैं, नर-चूजो को बड़ी बेरहमी से प्लास्टिक की थैलियों में दमघोट कर मार डालते हैं।

आप शायद नहीं जानते कि इन मरे हुए चूजो की खाद बनाई

जाती है और जिस खाद्यान्न को रोएँदार

पशु खाते है उसे इसके माध्यम से पैदा किया जाता है।

अण्डा देने वाली मुर्गी को रिकॉर्ड-अल्बम-कव्हर जितनी तग जगह में रखा जाता है। अत्याचार इस सीमा तक होता है कि बेचारी मुर्गियों को दाना-पानी तक अपनी पहुँच बनाने के लिए या तो एक-दूसरे पर चढ़ना या लाँघना होता है।

एक चूजे की प्राकृतिक आयु लगभग १२ वर्ष होती है, किन्तु ब्राँडलरो को अठ हफ्तो में ही मार डाला जाता है। अण्डा देने वाली मुर्गी को अठारह से चौबीस महीनो की अवधि में मौत के घाट उतार दिया जाता है।

दु खद यह है कि इन्हे कृत्रिम वातावरण दे कर अकाल प्रौढ कर लिया जाता है ताकि उनसे कच्ची उम्र में ही अधिक-से-अधिक अण्डे वसूल किये जा सके। उनके चयापचय (मेटाबॉलिज्म) को इतनी अधिक गति दी जाती है कि वे कम-से-कम समय में अधिक-से-अधिक अण्डे देने लगे।

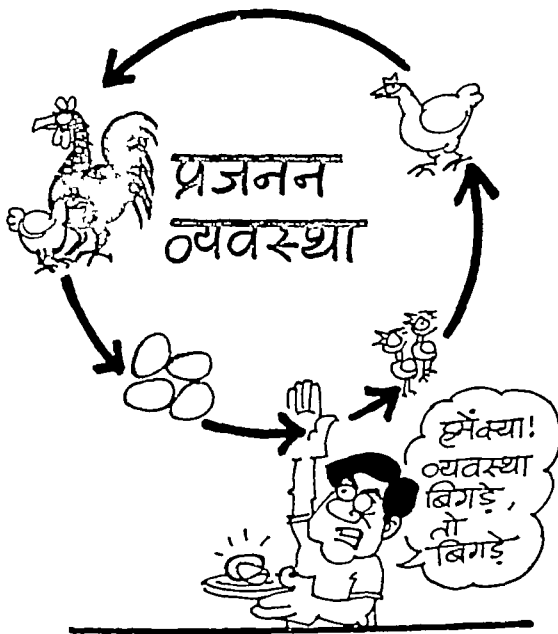
हैचरियों में मुर्गियों की मृत्युदर सामान्यत २० प्रतिशत होती है। इनमें-से अधिकतम मुर्गियाँ कैंसर, दमा, ब्रोकाइटिज-जैसे असाध्य रोगो से मरती हैं।

जितनी देर में आप यह पृष्ठ पढ रहे हैं, उतनी देरमें ५,००० चूजो की जाने ली जा चुकी हैं।

—पेटा, वार्शिंगटन

इस पुस्तक को सही हाथों में पहुँचा कर आहिंसक जीवन-मुक्तियों के प्रचार-प्रसार तथा आरक्षीय संस्कृति को रक्षा में हमारी मदद कीजिये।

डॉ. नेमीचन्द्र



तीर्थकार शाकाहार प्रकोष्ठ प्रकाशन, इन्दौर

अण्डा मुर्गी का रजोधर्म है

BHUBANESWAR, JULY 2 (PTI)

+IT CAN BE COMPARED TO THE OVULATION OF A WOMAN THOUGH IT WILL NOT LEAD TO PREGNANCY. WHILE THE WOMAN OVULATED ONCE EVERY THREE TO FOUR WEEKS, THE HEN OVULATED EVERY 22 TO 26 HOURS, A SENIOR VETERINARIAN, MR. SAMAL SAID.

भुवनेश्वर २ जुलाई (प्रेट्र)। एक वरिष्ठ पशु-चिकित्सक श्री सामल ने कहा कि इसकी तुलना स्त्री के डिम्बोत्सर्ग (रजोधर्म) से सभव है, जिसका परिणाम गर्भ नहीं हो सकता, फर्क मात्र इतना है कि स्त्री ३ या ४ सप्ताह में एक बार अण्डोत्सर्ग (रजोधर्म) करती है जबकि मुर्गी हर २२ से २६ घण्टे में करती है।

—नेशनल एग कोऑर्डिनेशन कमेटी, गिरगाँव, पुणे से संबंधित समाचार का एक अंश।

ISBN 81-85760-00-4

अण्डे के बारे में सौ तथ्य डॉ. नेमीचन्द्र . © हीरा भैया प्रकाशन प्रकाशन- तीर्थकर शाकाहार प्रकोष्ठ, द्वारा/हीरा भैया प्रकाशन, ६५ पत्रकार कॉलोनी, कनाडिया मार्ग, इन्दौर - ४५२ ००१, मध्यप्रदेश मुद्रण- नईदुनिया प्रिंटरी, बाबू लाभचन्द्र छजलानी मार्ग, इन्दौर - ४५२ ००९, मध्यप्रदेश चित्र- देवेन्द्र शर्मा मूल्य- पाँच रुपये।

हिन्दी, उर्दू, गुजराती, मराठी, असमिया, बंगला, सिन्धी, कन्नड़, तमिल, मलयालम् और अंग्रेजी में जुलाई १९९१ से फरवरी १९९७ तक तीन लाख हजार प्रतियाँ प्रकाशित।



Eggs! for the all-American breakfast?

Scrambled

Fear of salmonella is no yolk

Not too long ago, ersatz eggs—whether artificial, powdered or untimely ripped from their shells by food marketers—symbolized the culinary conflict between technology and taste. No fake food was more reviled than the powdered eggs of old-time Army K rations, while even the lowliest luncheonette could take pride in serving two real fried eggs sunny-side up with the yokes oozing into the hashbrowns.

Cherish the memory. The all-American egg breakfast has become as strong a social taboo as smoking a fat stogie in a crowded elevator. Cholesterol fears initially scrambled the egg industry, but the real threat is the current panic over salmonella. This toxic raw-egg bacteria caused more than 2,000 cases of food poisoning in the U.S. last year. As *Good Housekeeping* magazine declared, "Dishes made with raw or undercooked eggs—Caesar salad and eggs Benedict—are in danger of becoming extinct."

While the health risk is real, so too is the potential for aggressive overreaction. Even though cooking kills salmonella bacteria, the hard-boiled food industry has fallen in line with the safety and shelf life of pasteurized liquid eggs. Since last fall, the shelves have ditched up fresh eggs only when a guest explicitly requests them sunny-side up. Dietitians are not told of this shell game. For as a Platt spokeswoman insists, "The average person's taste. I don't think we'd ever get to liquid eggs. (Burger King) is a good example of food chains (Burger King) and others (Lined and American).

There is something irrefragably sad about a world so fearful of food, and so fearful that the proverb will be proved. "You can't make an omelet without breaking some pastured eggs."

असलियत यह है

जब आप इस किताब को ध्यान से पढ़ेंगे, तब जान पायेंगे कि सचाई क्या है यानी 'आप अण्डा खा रहे हैं या अण्डा आपको, आपकी संस्कृति और सम्यता को एक ही नेवाले में निगल रहा है।'

जो तथ्य इस पुस्तक में आकलित है उनमें से किसी एक को भी चुनौती देना संभव नहीं है। ये अकाट्य और अचूक है तथा हमारे इस निष्कर्ष को सिद्ध करते हैं कि न तो अण्डा शाकाहार ही है और न ही हमारी इस शस्यश्यामला भूमि के निवासियों के लिए उपयुक्त आहार ही है।

प्रकृति ने इसे आहार के रूप में नहीं, बल्कि प्रजनन की एक महत्वपूर्ण कडी के रूप में सिरजा है। स्थूल रहे कि हम जैसे-जैसे प्रकृति की स्वाभाविकता को दूषित, भग या नष्ट करते हैं, प्रकृति भी हमारे सहज-स्वाभाविक जीवन की सहजता और स्वाभाविकता को सद्दूषित, विनष्ट और ध्वस्त करती है। किस्म-किस्म की बीमारियाँ फैलती हैं और तरह-तरह के सामाजिक असंतुलन जन्म लेते हैं। कत्ल और क्रूरता, हत्या और हिंसा को बढ़ावा देने में पौलिट्रियो और हैचरियो का उतना ही हाथ है, जितना वूचडखानो का। मुश्किल यह है कि हम फिर भी हिंसा से बाज नहीं आ रहे हैं, नयी पौलिट्रियो और वूचडखाने धडाधड खोल रहे हैं।

स्वाद और सचय, विज्ञान और तकनीकशास्त्र ने खानपान की समस्या को अधिक उलझा दिया है। व्यापारिक माजिशो ने जनता-जनार्दन के साद्य-अवाद्य के विवेक को मूर्च्छित कर दिया है। सरकार और उसके प्रचार-माध्यम भी उनके माझे में जनता के माय छल-कपट पर आमादा हैं। मीडिया विना किसी जांच-परख और छान-बीन के साद्य वस्तुओं के विज्ञापन दे रहा है।

टीवी नेटियो और अखबारों में साद्य वस्तुओं के जो वपटपूर्ण और भ्रष्टाचार विज्ञापन आते हैं उनमें जनता-के-स्वानन्द को लम्बी-दूरी-की-जो हानियों

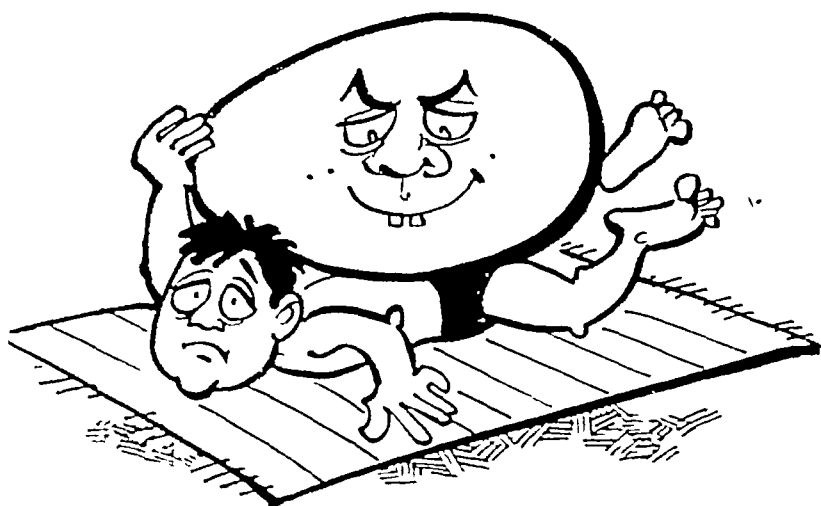
उठानी पड रही है, उनका किसी को कोई अन्दाज नहीं है। नेशनल एग कोऑर्डिनेशन कमेटी (पुणे) और अलकबीर (दिल्ली) जैसे हिंसक खाद्य-उद्योग। इस देश की जनता-के-स्वास्थ्य और उनके परम्परित सिद्धान्तों के साथ जो खिन्नाड कर रहे हैं, उसे हम दो टूक शब्दों में भारतीय जनता का सुनियोजित शोषण ही कहेंगे। चिन्ता का विषय है कि अण्डे के बारे में इतनी चर्चा होने के बाद भी भारत सरकार ऐसा कोई आयोग नियुक्त नहीं कर सकी है जो अण्डे के समस्त पहलुओं के सबध में जाँच-पड़ताल करे और इस बात का पता लगाये कि अब तक जिस तरह अण्डों की खपत हुई है उसका भारतीय जीवन-शैली पर क्या प्रभाव पडा है। इस दृष्टि से न तो सरकार के पास कोई कसौटी या मानक ही है, और न ही कोई ऐसा सस्थान जो इस क्षेत्र में बरती जा रही लापरवाहियों का बेलौस सर्वेक्षण-परीक्षण करे।

पश्चिम में इस दिशा में महत्त्व का काम हुआ है। वहाँ अब यह दो टूक कहा जाने लगा है कि अण्डा स्वास्थ्य के लिये घातक है, अतः उससे बचा जाना चाहिए। प्रस्तुत पुस्तक में जो तथ्य आकणित हैं उनसे अण्डे से होने वाले नुकसान का अनुमान सहज ही लगाया जा सकता है।

टाइम्स (१३ मई, १९९१) के पृष्ठ ३ पर दिये उद्धरण में स्पष्ट है कि पश्चिम के देश अब अण्डे को एक सामाजिक वर्जना (सोशल टैबू) मानने लगे हैं। वे इसे धूम्रपान की तरह घातक मानते हैं। सालमोनेला से भयाक्रान्त हो कर निर्जन्तुक तरल अण्डे (पैश्चुराइज्ड लिक्विड एग्स) मडी में आ गये हैं। इन्हें भी पश्चिम में स्वास्थ्य के लिए घातक निम्नित किया गया है। असल में हमारे देश में विदेशों में लौटे स्वदेशी अग्रजों की मस्या इन दिनों काफी बढ़ गई है। वस्तुतः अण्डा इन्हीं लोगों का इन्द्रजाल है जिनमें भारत-जैसे सुसमृद्ध देश को विदेशी कर्जदारी में गले तक डुबो दिया है। विदेशों की मारिज और निकम्मा तकनीके ला-लगा कर ये लोग देशवासियों के साथ प्रोमैन्ड (ममाधित) खाद्य के रूप में जो खिलवाड कर रहे हैं उमके कुछ दृष्णगिणाम तो सामने आ गये हैं, और कुछ जल्दी ही सामने आने वाले हैं। इस पुस्तक में पहले तीर्थकर शाकाहार प्रकोष्ठ अण्डे में होने वाली हानियों पर दो पुस्तकें (अण्डा जहर ही जहर तथा आप अण्डा खा रहे हैं? नहीं, बल्कि अननियत यह है कि अण्डा आपको खा रहा है) प्रकाशित कर चुका है, जिन्हें पढ़ कर जनता की आंखें खुली हैं और हजारों-हजार लोगों ने अण्डा खाना छोड़ दिया है। हमें विश्वास है कि प्रस्तुत पुस्तक भी उतनी ही पडी जाणगी और अण्डे के बारे में जो स्पष्टपूर्ण प्रचार किया जा रहा है, उसकी कल्पई मोलेंगी।

अण्डे के बारे में १०० तथ्य

- १ अण्डे में कोलेस्टेरोल की मात्रा अधिक होती है। अण्डे का पीतक (पीला भाग) कोलेस्टेरोल का सबसे बड़ा स्रोत है। कोलेस्टेरोल धमनियों को सिकुड़ा देता है, जिससे लकवा या दिल का दौरा भी पड़ सकता है।
- २ अतिरिक्त कोलेस्टेरोल चर्म की पतों और टेडनो (कडराओ/नसो) में जमा हो जाता है, जिससे अण्डा खाने वाले को 'जेथोमा' नामक भयंकर बीमारी हो सकती है।
- ३ अण्डे प्रजनन के लिए हैं। प्रकृति ने इन्हें खाने के लिए नहीं बनाया है। प्रकृति के विरुद्ध जाने के जो दुष्परिणाम मनुष्य भोग रहा है, वैसे ही अण्डे खाने के बाद सामने आयेगे।
- ४ शरीर में कोलेस्टेरोल की मात्रा अधिक पहुँचने पर 'हायपर-कोलेस्टेरोलेमिया' हो सकता है, जो आगे चल कर रक्तचाप (ब्लडप्रेसर) का रूप धारण कर लेता है। बच्चों के लिए अण्डा कतई अनुकूल नहीं है।



५ अण्डे में मोडियम मांल्ट की मात्रा अधिक होती है, डमलनिए एक अण्डा खाने का सीधा मतलब होता है आधा चम्मच नमक खाना। ब्रडप्रेणर के मरीजो के लिए तो अण्डा जहर ही है। ध्यान रने, अण्डे के मफेद भाग (ह्वाइट) में नमक और पीले भाग (येलो) में कोलेस्टेरोल होता है। दोनो ही स्वास्थ्य के लिए घातक है।

६ अण्डे में कार्बोहाइड्रेट्स विल्कुल नहीं है, फलस्वरूप कब्ज/जोडो में दर्द जैसी बीमारियों अनायास हो सकती है।



७ पोल्ट्री-फॉर्म की मुर्गियों को तरह-तरह की घातक दवाइयों दी जाती हैं, जिनका बहुत सारा अण्डे के माध्यम से उसे खाने वालो के पेट में चला जाता है। अण्डो में डी डी टी जैसा ज़हर भी पाया जाता है, जके दुष्प्रभाव से अण्डा खाने वाला बच नहीं सकता।

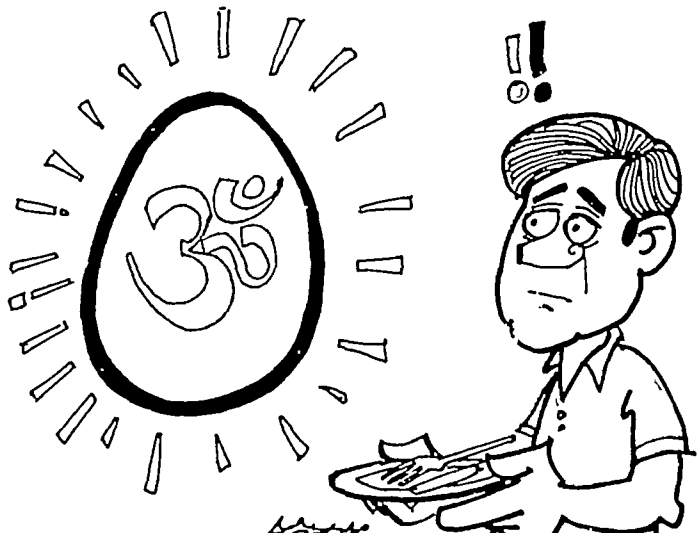
८ अण्डे में साल्मोनेला (बहुचर्चित बैक्टेरिया) के अलावा एक नया माइक्रोव (कैम्पिलोबैक्टर) भी पाया जाता है, जो आँतो में भयकर रोग उत्पन्न करता है।

९ अण्डा खाने से सिर्फ शरीर ही कमजोर नहीं होता, बल्कि बौद्धिक और भावनात्मक विकास को भी धक्का लगता है। बच्चों को दिये जाने वाले अण्डों के दुष्परिणाम उनकी युवावस्था और बुढ़ापे में प्रकट होते हैं।

१० अण्डा कफ पैदा करता है। वह शरीर के पोषक तत्वों को असतुलित कर देता है।



- ११ अण्डे में १३३ प्रतिशत प्रोटीन होता है, जबकि हरे चने में २४, मूँगफली में ३१५ और सोयाबीन में ४३२ प्रतिशत प्रोटीन होता है।
- १२ अण्ड-कवच (शेल) में श्वासोच्छ्वास के लिए १५,००० सूक्ष्म छिद्र होते हैं।
- १३ इथियोपिया के लोगो की मान्यता है कि यदि गर्भवती महिला अण्डे खाये तो उसके बालक के सिर पर बाल नहीं होंगे, अर्थात् वह गजा होगा और उसमें प्रजनन-शक्ति भी नहीं होगी।
- १४ एक अण्डे (वजन ५० ग्राम) से ८६५ कैलोरियाँ मिलती हैं, जबकि गेहूँ के इतने ही आटे से १७६५ कैलोरियाँ (ऊर्जा) प्राप्त होती हैं।
- १५ एक सर्वेक्षण से पता चला है कि आज पौल्ट्री-फॉर्मों द्वारा १,००० से अधिक दवाइयाँ और इतने ही केमिकल्स (रसायन) काम में लाये जाते हैं, जो किसी-न-किसी रूप में अण्डा खाने वाले के पेट में प्रवेश कर जाते हैं और उसे कई असाध्य रोगों का अड्डा बना देते हैं।
- १६ शैव (शिव उपासक) मुर्गी के अण्डे को 'ब्रह्माण्ड' का प्रतीक मानते हैं, इसलिए अण्डा खाना पाप समझते हैं। अण्डा सिर्फ शैवों के लिए नहीं, वैष्णवों के लिए भी अभक्ष्य है। तांत्रिक पूजा में 'अण्डे' को 'ब्रह्माण्ड' कहा जाता है।



१७ दाँत, हड्डी और पसलियों के लिए अपरिहार्य कैल्शियम की अण्डे में आश्चर्यजनक कमी है, इसलिए चिकित्सको ने अब अण्डे को दूध की तरह सपूर्ण, सुपाच्य और विकासवर्द्धक आहार कहना या तो बद कर दिया है या वैसे कहना मद हो गया है।



१८ अफ्रीका के कुछ देशों में यह धारणा है कि यदि शिशुओं को दाँत निकलने से पहले अण्डा दिया जाए तो वे मूर्ख होते हैं।

१९ अण्डा ८ डिग्री सेल्सियस में कम के तापमान पर सड़ने लगता है। जब वह सड़ना शुरू करता है तब पहली घटना यह होती है कि उसका जलीय भाग कवच (शेल) में-से भाप बनकर उड़ने लगता है। तदुपरान्त उस पर रोगाणुओं का आक्रमण शुरू होता है, जो कवच में अपनी पहुँच बनाकर उसे सड़ा देता है।

२० अण्डे कैल्शियम के विशिष्ट स्रोत नहीं हैं। एक अण्डे से ३० मि.ग्रा कैल्शियम मिलता है, जबकि लगभग १५ पैसे में उपलब्ध ७५ ग्राम सरसों की भाजी से ३० मि.ग्रा कैल्शियम प्राप्त हो सकता है।

२१ अण्डे में तुरन्त ऊर्जा देने वाले तत्व, यथा-शुगर, स्टार्च आदि नहीं हैं।

२२ दूध और अण्डे को एक-जैसा बताना बहुत बड़ी भूल है, क्योंकि अण्डे में वी-२ वी-१२ तथा कैल्शियम, जो विनी भी दूध में पाये जाते हैं, पर्येष्ट मात्रा में नहीं होते।

२३ अण्डे को पकाने या तलने की प्रक्रिया में विटामिन बी-१ (थायमिन) नष्ट हो जाता है, विटामिन बी-२ (रिबोफ्लाविन) भी २५ प्रतिशत नष्ट हो जाता है तथा विटामिन बी-१२ भी अज्ञात बर्बाद हो जाता है।



२४ अण्डे की असंतुलित तत्व-रचना के कारण हमारे पाचन-तंत्र में भी/किसी भी तरह का सड़ाव (प्यूट्रीफैक्शन) हो सकता है। यह आशका कदम-दर-कदम बनी रहती है।

२५ चूजो (कहे, लाशो) और अण्डो (कहे, कच्चे भ्रूण) के व्यापार के पीछे धन की राक्षसी लिप्सा काम करती है—वस्तुतः चूजो और अण्डो का उत्पादन मानवीय स्वास्थ्य के लिए नहीं, बल्कि उसके शोषण, क्रूरता और रुग्णता के लिए होता है। चूजे और अण्डे हिंसा और क्रूरता के माध्यम बनते हैं।

६ आम शिकायत है कि भारतीय शाकाहार में लोहा (आयरन), आयोडिन और विटामिन-ए की भारी कमी होती है, किंतु ध्यान रहे अण्डा इनमें से किसी एक का भी समृद्ध स्रोत नहीं है। एक अण्डे की अपेक्षा, पालक विटामिन-ए का अधिक समृद्ध स्रोत है। यह अण्डे से २५ गुना सस्ता पड़ता है।



७ अण्डे में साल्मोनेला एटराइडीम फेज टाइप-४ (पीटी-४) नामक बैक्टीरियम होता है। पीटी-४ का सबध बैटरी, फैक्टरी या पौल्ट्री अण्डे में है। १९८८ में इंग्लैंड और वेल्स में इसी बैक्टीरियम के कारण १६०० में अधिक लोगो को अपनी जान से हाथ धोना पड़ा था। ब्रिटिश सरकार को ४० करोड़ अण्डे तथा ४० लाख मुर्गियों को नष्ट करना पड़ा था। इन अण्डो और मुर्गियों की लागत तब एक करोड़ नव्वे लाख पाँड़ आंकी गयी थी।

९८ भाग्यीय धर्म और मन्वृति अण्डाहार के पक्ष में नहीं है। अथर्ववेद (८६ १२) में नाफ-नाफ कहा गया है कि 'मैं उन दुष्टो को नष्ट कर दता हूँ, जो अण्डे और मांस खाते हैं'।

२९ 'शाकाहारी अण्डा' एक प्रथम श्रेणी का भ्रामक नामकरण है, जैसा कि सेये हुए अण्डे का कोई प्राणिक उद्देश्य होता है, अनिषेचित अण्डे का कोई प्राणिक उद्देश्य नहीं होता, अतः इसे पूरी तरह अखाद्य मानना चाहिये। बैटरी अथवा फैक्टरी अण्डे स्वास्थ्य के लिए घातक हैं, इनके उपयोग से बचना चाहिये।



३० पॉल्ट्री-फार्म की मुर्गियों को न तो ताजा हवा मिलती है और न खुली धूप, न स्वतंत्रता और न प्रसन्नता, अतः वे बुरी तरह त्रस्त और कुण्ठित हो जाती हैं। यह कुण्ठा अण्डे खाने वालों में पहुँच कर तरह-तरह के मानसिक विकार उत्पन्न करती है।

३१ हम धनिया और अण्डे की तुलना करे और देखे कि इन दोनो मे-से श्रेष्ठ कौन है (वजन १०० ग्राम)। दो अण्डो मे १३३ ग्राम प्रोटीन, १३३ ग्राम फैट/वसा, १०० ग्राम खनिज लवण, ००६ ग्राम कैल्शियम, ००० कार्बोहाइड्रेट्स, ०२२ फॉस्फोरम, २१ ग्राम लोहा होता है तथा उससे १७३ कैलोरियाँ मिलती है, जबकि १०० ग्राम धनिया मे १४१ ग्राम प्रोटीन, १६१ ग्राम वसा, ४४ ग्राम खनिज लवण, ०६३ ग्राम कैल्शियम, २१६ ग्राम कार्बोहाइड्रेट्स, ०३७ ग्राम फॉस्फोरम, १७९ ग्राम लोहा प्राप्त होता है तथा २८८ कैलोरियाँ मिलती है।

३२ भारतीय विज्ञापन मानक परिषद् (एडवर्टीजमेन्ट स्टैंडर्ड्स कौंसिल ऑफ इंडिया) के २६ मई १९९० के निर्णय के अनुसार 'अण्डा सब्जी नहीं है' उसे इस नाम से बेचना राष्ट्रीय और सामाजिक अपराध है। 'भाविमाप' ने राष्ट्रीय अण्डा समन्वय समिति को अपने अतिरिक्त विज्ञापनो की भाषा बदलने पर विवश किया है।

इस फर्क को पहचानो!

अण्डा सब्जी नहीं है!



भारतीय विज्ञापन मानक परिषद्

३३ अण्डे खाने से बड़ी आँत-का-कैंसर हो सकता है। ख्याल रहे, अण्डे मेरे (डायटरी फायबर्स) नहीं होते। यह स्वास्थ्य के लिए घातक है।

अण्डा खाते हैं? बधाई! सर्दी-जुकाम
जैसी घटिया बीमारियों के मुकाबले,
'बड़ी आँत के कैंसर' जैसे विशिष्ट रोग
का रोगी होना गर्व की बात है! हैं न!



३४ बबई स्थित हाफकिन्स इस्टीट्यूट का निष्कर्ष है कि आहार के रूप में अण्डे हानिकारक हैं। ये शरीर में अतिअम्लता (हायपर एसिडिटी) पैदा करते हैं। कुछ वर्षों तक अण्डों को सुपाच्य माना जाता रहा, किंतु नई खोजों के अनुसार अब इन्हें सुपाच्य नहीं माना जा रहा है, अतः इन्हें शिशुओं को दिया जाना खतरे से खाली नहीं है।

३५ अण्डे खाने में गठिया (रूमेटॉइड), गाउट (जोड़ों में थक्के जमना) जैसी वातजनित बीमारियाँ हो जाती हैं। बुढ़ापे में तो ये खतरनाक और पीड़ादायी मोड ले लेती हैं।

मूलतः मनुष्य 'मस्तिष्क' है, 'पेट' नहीं है। विभिन्न अध्ययनों में पता चला है कि अण्डा खाने वालों का मस्तिष्क नानाग्राही, गुण्डारिशी और अशालीनता की ओर महज ही झुक जाता है। अण्डों में रिमाग को कोई सुराक नहीं मिलती। दूध, कल्न, हगामे इत्यादि अण्डे-रैग गैर शासतार खाद्यों के दुष्यरिणाम है।

यह मेरा त्व का फोटो है,
जब मैं अण्डा नहीं खाता
था। त्वग रहा हूँ न एकदम
भोंदू? शिष्ट, सौम्य और
अहिंसक कहीं
का...



बमचिक बम
बम निर्माता एवं वितरक

३७ अण्डे कई वार एनीमल हायपर सेजीटिविटी (पाशविक अतिसवेदनशीलता) उत्पन्न कर देते हैं, नतीजतन अण्डे खाने वाला बर्बर आदतो का शिकार हो जाता है और समाजविरोधी गतिविधियों में फँस/ उलझ जाता है।

३८ अण्डा अप्राकृतिक वस्तु है (आहार के रूप में)। असल में वह खाने के लिए है ही नहीं, अतः वह खाने वाले के व्यक्तित्व को बेमेल और अप्राकृतिक बनाता है। पश्चिम में अब इसे पौष्टिक आहार की श्रेणी में नहीं रखा जा रहा है। पाश्चात्य आहार-शास्त्रियों की नजर में अण्डा अब न तो स्वास्थ्यवर्द्धक है और न ही स्वास्थ्यरक्षक।

- ३९ सभी पक्षियों के अण्डे एक-जैसे होते हैं। उनकी संरचना में कोई विशेष फर्क नहीं है (देखें—द मैकडोनाल्ड एन्सायक्लोपीडिया ऑफ बर्ड्स ऑफ द वर्ल्ड बाय जियानफ्रेको बोलोग्ना, पृ ३०, ३१)। इनकी आंतरिक बनावट प्रजनन के लिए है, ये खाने के लिए नहीं, बल्कि सतानवृद्धि के लिए बने हैं। मनुष्य इन्हें खाकर शिकारी जीवन की ओर लौट रहा है—वह प्रकृति को और उसकी प्रजनन-व्यवस्था को बिगाड़ रहा है।
- ४० मुर्गे के संयोग के बगैर जो अण्डा पैदा होता है, वह भी सजीव होता है, चूँकि वह मुर्गी के शरीर में उत्पन्न होता है, अतः शत-प्रतिशत मासाहार होता है।
- ४१ सुप्रसिद्ध अमेरिकी वैज्ञानिक श्री फिलिप जे स्केम्बल के अनुसार को अण्डा निर्जीव नहीं है। मिशीगन विश्वविद्यालय (अमेरिका) के वैज्ञानिकों ने तो दिन-के-उजाले की तरह सिद्ध कर दिया है कि ससा का कोई अण्डा, फिर चाहे वह निषेचित हो या अनिषेचित—निर्जीव नहीं है।
- ४२ अण्डा फलीकरण से पैदा होता हो अथवा उसके बगैर, उसमें जी अनिवार्य रूप से है और जीव के सारे लक्षण, यथा श्वासोच्छ्वास, बुद्धि खुराक लेना आदि भी उसमें पाये जाते हैं।
- ४३ मुर्गे की अनुपस्थिति में तो मुर्गी अफलित अण्डे देती ही है, ऐसा भी प्रायः देखा गया है कि वह मुर्गे के संयोग से पहले दिन अफलित अण्डा देती है, उसके बाद मुर्गे का संयोग न होने पर भी दूसरे दिन फलनशील और पाँचवे दिन फलने वाला अण्डा देती है। इसका अर्थ यह हुआ कि मुर्गे के शुक्राणु मुर्गी के शरीर में एक लम्बी अवधि तक पड़े रहते हैं और कहीं-कहीं तो यह अवधि छह माह तक भी देखने में आई है।
- ४४ जब हम अण्डे की तुलना मैथी से करते हैं, तब जान पाते हैं कि अण्डे में १३३ तथा मैथी में २६२ ग्राम प्रोटीन होता है (वजन १०० ग्राम)। इसी तरह दोनों के समान वजन में उपयोग से अण्डे से १७३ और मैथी से ३३३ कैलोरियाँ प्राप्त होती हैं। मैथी कोलेस्टेरोल की सफाई भी करती है, जबकि अण्डा कोलेस्टेरोल का समृद्ध स्रोत है।

४५ जब हम अण्डे और मूंगफली की तुलना करते हैं, तब हमें पता चलता है कि अण्डे में १३३ और मूंगफली में ३१५ प्रति १०० ग्राम प्रोटीन होता है। स्पष्ट है कि अण्डे से हमें कम प्रोटीन मिलता है। इसी तरह अण्डे से सिर्फ १७३ कैलोरियाँ मिलती हैं, जबकि मूंगफली से ४५९ कैलोरियाँ प्राप्त होती हैं।



४६ अण्डा यदि स्त्री-बीज के रूप में ही बना रहे तो भी उसमें प्राण होते हैं, क्योंकि स्त्री-बीज की उत्पत्ति मुर्गी के शरीर की जीवित कोशिकाओं से होती है।

४७ यदि हम नीम के पेड़ के किसी पत्ते का बारीक-से-बारीक हिस्सा ले तो इस कोशिका के समुचित संवर्द्धन से नीम का पेड़ बनाया जा सकता है। ठीक उसी तरह सैद्धांतिक दृष्टि से मुर्गी के शरीर की किसी भी जीवित कोशिका में-से एक संपूर्ण मुर्गी को पैदा किया जा सकता है।

४८ चूजों को जिन तग और तकलीफदेह पिंजरो में रखा जाता है, उन्हें 'चिकन हेवन्स' नाम दिया गया है। इस स्वर्ग में उन्हें इतनी कम जगह नसीब होती है कि वे सहज ही हिंसक, हमलावर, कुण्ठित और कलही हो जाते हैं। वे एक-दूसरे पर बर्बर आक्रमण करते हैं, अतः उनकी चोचे काट दी जाती हैं (डीबीकिंग), फलस्वरूप उनका पानी पीना तक हराम हो जाता है। क्या आज की व्यापक कुण्ठा, आक्रामकता और सत्रास का कारण हमें इन 'चूजा-स्वर्गों' में नहीं दिखाई पड़ रहा

४९ मसूर की दाल और अण्डे की तुलना करें। अण्डे में १३३ प्रोटीन है तो मसूर में २५१, अण्डे में कार्बोहाइड्रेट्स बिल्कुल नहीं है। मसूर में ५९७ ग्राम है, अण्डे में १७३ कैलोरियाँ मिलती हैं, मसूर में ३४६ कैलोरियाँ प्राप्त होती हैं।

५० 'जिस अण्डे में ने चूजा बाहर आये, वही अण्डा मजीब है' यह मान्यता मृत्यु में परे है। असल में जिनमें जीव के लक्षण हों, जीव उमें ही कहा जा सकता है, इसलिए अफलनशील अण्डों को मृत नहीं कहा जा सकता।



- ५१ लदन की विख्यात आहार-शास्त्री श्रीमती के केलेनी का कथन है कि अण्डे खाना मास खाने से भी बदतर है, क्योंकि इनमें मास की अपेक्षा अधिक चिकने पदार्थ होते हैं जो कब्ज पैदा करते हैं।



- ५२ यह धारणा गलत सिद्ध हुई है कि अण्डे को ५ मिनट तक उबालने पर सालमोनेला बैक्टीरिया नष्ट हो जाते हैं। अमेरिका में इधर हुए प्रयोगों में पाया जाता है कि अण्डे को ८ मिनट तक उबाले जाने पर भी उसमें सालमोनेला जीवित रहता है। (दे तथ्य क्र १९, २७)*

- ५३ जिन्हें वशानुगत (हिरेडिटरी) हृदय-रोग हो, उन्हें स्वप्न में भी अण्डे नहीं खाने चाहिये। ऐसे लोगों के लिए अण्डा जहर है।

मुर्गी-पालन केंद्र में एक मुर्गी को सिर्फ १५" × १९" अर्थात् लगभग २ वर्गफुट जगह उपलब्ध करा जाता है। इतनी सीमित जगह में रहने के कारण मुर्गियाँ अपने अस्तित्व-सघर्ष में एक-दूसरे को चोचे मार-मारकर लहलुहान कर देती हैं, अतः गुजरात सरकार ने 'मुर्गी पालन' नामक गुजराती पुस्तिका में मुर्गी-पालकों को सलाह दी है कि वे मुर्गियों की चोचे काट दें और उनके पख कतर दें ताकि कम जगह में अधिक मुर्गियों को रखा जा सके। क्या मुर्गियों में उत्पन्न तनाव, प्रतिहिंसा, लाचारी, झुंझलाहट अण्डा खाने वाले को विरासत में नहीं मिलेगी?

मुर्गियों को पाँच प्रकार का हिंसक आहार दिया जाता है—वोन-मील (अस्थि - आहार), ब्लड-मील (रक्त-आहार), फीस-मील (विषटा-आहार), मीट-मील (मासाहार) और फिश-मील (मत्स्य-आहार)। क्या इतने पर भी हम अण्डे को शाकाहार कहने का दुस्साहस करेंगे?

केन्द्रीय एवियन (पक्षी) अनुसंधान संस्थान इजातनगर के वैज्ञानिकों सर्वश्री श्यामसुंदरे, सद्गोपन एव पडा के अनुसार सोया-खली का उपयोग करने से मुर्गियों में आयोडीन की कमी से होने वाली बीमारियाँ (घेघा आदि) हो जाती हैं। सोया-खली के खिलाने से चूड़ों की बढवार पर भी बुरा असर पडता है। क्या ये तमाम बीमारियाँ और कमियाँ अण्डा खाने वाले व्यक्तियों के चयापचय (मेटोबॉलिज्म) का भाग नहीं बनती?

9 मुर्गियाँ एक-दूसरे से गुत्थमगुत्था हो कर लहलुहान न हो, इसलिए पौल्ट्री-फार्मों में उनकी चोचे काट दी जाती हैं। चोचे काटने के लिए रात का वक्त ही चुना जाता है, जब मुर्गे-मुर्गियाँ भूरे प्रकाश में लगभग अंधे हो पडते हैं। नीचे की चोच ही काटी जाती है। यदि इसमें कोई चूक होती है तो मुर्गा या मुर्गी जीवन-भर के लिए आहार से वंचित हो जाती है। तीनों दिन तो उसे चोच काटे जाने के घाव के कारण भूखा रहना ही पडता है। क्या यह क्रूरता अण्डे में हो कर उसे खाने वाले के खून में नहीं उतरेगी?

एसी कैम्पवेल रोजर्स ने अपनी पुस्तक 'प्रोफिटेबिल पौल्ट्री कीपिंग इन इंडिया' के पृष्ठ ११० पर लिखा है कि "अण्डा देने वाली मुर्गी को जब तक प्राणिजन्य प्रोटीन नहीं दिया जाता, तब तक वे अण्डे नहीं दे पाती, अतः उन्हें खून, हड्डी, मांस और मछली देना ज़रूरी होता है। ये सूंडी, केचुए, घोघा, कृमि आदि कीड़ों का स्थान ले लेते हैं। मुर्गियाँ इल्लियों और टिड्डों को भी खा सकती हैं, किंतु ये उपलब्ध नहीं होते। पूरे भारत के मुर्गी-पालन केंद्र मुर्गा-मुर्गियों को यही हिंसक खुराक देते हैं। इतना होने पर भी क्या आप अण्डे को शाकाहार कहेंगे?" रोजर्स के शब्द हैं—“यू मे से रफली, नो एनीमल प्रोटीन, नो एग्ज द पाँडट अवाउट ब्लड, बोन, मीट एंड फिश मील्स इस देट दे आर एनीमल प्रोटीन्स एंड टेक द प्लेस ऑफ ग्रब्स, वॉर्म्स, म्लग्ज एंड अदर इसेक्ट्स मच एच ग्रासहॉपर्स एंड केटरपिलर्स, व्हिच आर नॉट फाउंड इन द अर्थ द प्रोटीन कटेड इन दाल, पीज एंड बीन्स इज नॉट एन एनीमल प्रोटीन एंड इज नॉट टेक द प्लेस ऑफ इसेक्ट्स।”

आठ सप्ताह के चूजे को 'स्टार्टर मेश' (आरंभिक आहार) दिया जाता है, जिसमें लायसीन नामक प्रोटीन का होना ज़रूरी माना गया है। लायसीन के लिए सबधित आहार में १० प्रतिशत मछलियाँ और ६ से ७ प्रतिशत मांस-चूर्ण आवश्यक है। जब यह सब हो रहा है, तब क्या इतने पर भी हम 'अण्डा-कृषि' (एक ऐसा नाम, जो भारतीय संस्कृति से किसी भी तरह की कोई सगति नहीं रखता) को अहिंसक और अण्डे को शाकाहार कह सकेंगे?

६० निषेचित (सेये गये) अण्डे जन्म-पूर्व चूजे हैं और अनिषेचित (बगैर-सेये) अण्डे जो मुर्गी के यौन चक्र के उत्पाद हैं, अत्यंत अप्राकृतिक हैं। दोनों मासाहार हैं। 'कम्पाशन, द अल्टीमेट एथिक' की विदुषी लेखिका विक्टोरिया मोरान ने लिखा है—'टू ईट फर्टिलाइज्ड एग्स इज एन इफेक्ट टू कज्यूम ए चिकन विफोर इट इज वॉर्न (द डियक्स आर बॉर्डर लाइन) आय वाज टोल्ड एंड अनफर्टिलाइज्ड एग्ज द प्रोडक्ट्स ऑफ ए बर्ड्स सैक्स्युअल साइकिल, केन हार्डली बी रिगाइर्ड एज नेचुरल फूड फॉर मैन'—पृष्ठ ४३)।

६१ जो लोग अहिंसा में आस्था रखते हैं उनके लिए अण्डा पूरी तरह अभक्ष्य और वर्ज्य है। मुर्गी-पालन से लेकर अण्डा-प्रजनन तक हिंसा ही हिंसा होती है। किसी भी मुर्गी-पालन केंद्र को देख कर उक्त तथ्य को पुष्ट किया जा सकता है। पौल्ट्री-खेतों में मुर्गी जैसे जीते-जागते प्राणी को 'अण्डा पैदा करने वाली मशीन' से अधिक कभी नहीं माना जाता। उसे १५" × १९" जगह में नाना सत्रासों और तनावों के बीच कैद रखा जाता है। ये तनाव/ये सत्रास आप क्या सोचते हैं अण्डा या मुर्गी-मुर्गा खाने वाले लोगों के खून में पहुँच कर उनके व्यक्तित्व को असतुलित नहीं करते?



६२ जब तक मुर्गियों, सूअरों या बछड़ों को कसाईघर तक नहीं ले जाया जाता, तब तक वे दिन की रोशनी नहीं देख पाते। ग्याभन सूअरों को लगातार तीन महीनों तक उसके शरीर से बमुश्किल बड़े दडबे में रखा है। यही हाल मुर्गियों का है। वस्तुतः इनकी तेजी और तनाव कम

करने के लिए ही इन्हें अँधेरे में रखा जाता है। इसके विपरीत चूजों को दिन-रात तेज रोशनी में रखा जाता है, ताकि वे अकाल वयस्क हो सकें। नर-चूजे प्रायः मार डाले जाते हैं।

६३ चूजों को अकाल वयस्क बनाने के लिए डेस (डायथिलबोस्ट्रॉल) जैसे कृत्रिम सश्लिष्ट हार्मोन दिये जाते हैं। जिन महिलाओं को 'डेस' दिया गया, उनकी सतानों को कैंसर या अन्य गंभीर बीमारियाँ हुईं। 'डेस' को एक चमत्कारी दवा निरूपित किया गया है। माना गया है कि यह एक ऐसा बाढ़-उत्साहक (ग्लोथ-प्रमोटर) है, जो पशुओं की मासवृद्धि करता है और व्यापारिक दृष्टि से उनका वजन बढ़ाता है। योरोपीय देशों में इस पर कानूनी बन्धन लगाने का प्रयत्न हुआ है, किंतु इसकी कालाबाजारी होती है और इसे अवैध प्रयोगशालाएँ भी तैयार करती हैं। 'डेस' जिन पशु-पक्षियों को दिया जाता है, उनके मास-भक्षण से कैंसर होने की आशंका बनी रहती है।

६४ ऐसी मुर्गियों को (चूजों को भी), जिन्हें कैंसर की गाँठें हुई होती हैं, बिना किसी परीक्षण के बेच दिया जाता है। खरीददार मुर्गी या चूजों की शक्ल में तब कैंसर-जैसी जानलेवा बीमारियाँ भी खरीदता है।

६५ मरेक रोग (चूजों की महामारी) हर्पेस वायरस से उत्पन्न होता है। एक ताजा वैज्ञानिक विवरण के अनुसार 'हर्पेस सिम्प्लेक्स वायरस (एचएसवी) टाइप-२' और स्त्रियों को होने वाले सविकल कार्सिनोमा (कैंसर) के बीच सुदृढ़ संबंध है।

६६ इन दिनों मुर्गियों के पख नोचने का क्रूर कर्म आदमी नहीं करता, बल्कि वह इसे रबर की अँगुलियों वाली तेज मशीनों से कराता है। मशीनें चूजे या मुर्गी/मुर्गे को पकड़े रहती हैं और रबर की अँगुलियाँ पख नोच डालती हैं। वे इसे निचोड़ती भी हैं, ताकि उनके भीतर का मल बाहर आ सके। ऐसे में कई सूक्ष्म रोगाणुओं का कोहरा—जैसा चारों ओर छा जाता है। ये रोगाणु पास पड़े चूजों और उपकरणों पर फैल जाते हैं। पख नोचने वाली रबर-अँगुलियों के एक वर्ग सेटीमीटर में १० लाख सूक्ष्म रोगाणु (माइक्रोब्स) पाये जाते हैं।

६७ पशुओं का मास और फैक्टरी-फार्म-अण्डे, ऐसी गभीर विकृतियाँ हैं जिनके अभिशाप से मनुष्य-समाज की रक्षा करना कठिन हो गया है।

६८ ब्रिटेन में 'प्रोटेक्शन ऑफ बर्ड्स एक्ट १९५४' नामक एक कानून बनाया गया, जिसके अंतर्गत किसी भी पक्षी को ऐसे पिंजरे या दडवे में नहीं रखा जाना चाहिये, जिसमें उसे पख पसारने की पूरी आजादी न हो। ऐसा करने वाले को कानून अपराधी और दंडनीय घोषित करता है किंतु विडम्बना यह है कि इसी की एक उपधारा में सकेत है कि 'यू. मुर्गी-पालन केंद्रों पर प्रभावशील नहीं होगा'। यह प्रावधान मानवीयता की राजनीतिक कारणों से किया गया है। भारत में भी राजनीतिक दबाव के कारण 'पौल्ट्री-कृषि' को 'कृषि का दर्जा' दिये जाने की आशंका है।



गायो, बैलो, भैंसो, सुअरो आदि को तो मासवृद्धि के लिए मांसवर्द्धक दवाएँ दी ही जाती हैं, पौल्ट्री-फार्मों में भी इनका घडल्ले से उपयोग होता है। चूजे और तुर्की (गिद्ध) को एटीवायोटिक्स की हल्की मात्राएँ दी जाती हैं, ताकि उनका वजन बढे और उनका व्यापारिक शोषण किया जा सके। ऐसा करते हुए इन दवाओ का समग्र मनुष्य-जाति पर क्या दुष्प्रभाव पडेगा, इसका जरा भी ध्यान नहीं रखा जा रहा है।

आहार-विज्ञानी फ्रे एलिस और प्रो जे डब्ल्यू टी डिकरसन ने स्पष्ट शब्दों में कहा है कि शाकाहार की पोषक क्षमता को अब तक काफी अवमूल्यित और गौण करके सोचा गया है, किंतु यदि इसे मनुष्य को, पशुओ में ससाधित (प्रोसेस) किये बिना, सीधे ही दिया जाए तो पोषकता में प्रति एकड दस गुना बढत हो सकती है। उदाहरण के लिए सोयाबीन में दूध की अपेक्षा प्रति एकड सात गुना और अण्डो की तुलना में प्रति एकड आठ गुना अमीनो एसिड उपलब्ध है। ध्यान रहे मनुष्य को एक कैलोरी प्राप्त करने के लिए किसी पशु को सात वनस्पतिजनित कैलोरियाँ खिलानी होती हैं।

कई दशको तक प्रोटीन को परपरित ढग से 'प्रथम श्रेणी' या 'द्वितीय श्रेणी' में वर्गीकृत किया जाता रहा और तदनुसार कहा गया कि पशु-उत्पाद (मास, अण्डा, दुग्ध-उत्पाद) में 'प्रथम श्रेणी' और वनस्पति उत्पाद में 'द्वितीय श्रेणी' का प्रोटीन पाया जाता है। अधिक स्वाभाविक और स्वास्थ्यप्रद आहार-पद्धति पर दोषारोपण की इस दलील को अतत छोडना पडा। इसके स्थान पर अब प्रोटीन की अनुशसा (सिफारिश) व्यक्तिगत उपयोगिता के आधार पर आकिक मापन स्केल के अनुसार की जाने लगी है। यह मात्र भ्रान्ति है कि अण्डो में 'प्रथम श्रेणी' का प्रोटीन होता है।

२ बर्कले-स्थित केलीफोर्निया यूनिवर्सिटी के डॉ मारमोट ने विश्व के विभिन्न भागो में रह रहे जापानियों के अध्ययन से हृदय-रोग दरो का पता लगाया है। प्राप्त परिणामो के अनुसार सतृप्त चर्बी (सेचुरटेड फैट), कोलेस्टेरोल और मृत्यु तथा हृदय रोग में घातक अत सबध

७८ मनुष्य मे धन कमाने की वासना इतनी तीव्र हुई है कि वह पशु-पक्षियों के शरीर के साथ खिलवाड करने लगा है। उसने आनुवंशिकी (जीनेटिक्स) की मदद से शरीर को तरह-तरह मे डिज़ाइन करना शुरू किया है। कनाडा की 'एनीमल रिसर्च इस्टीट्यूट ऑफ एग्रीकल्चर' के डायरेक्टर आर एस गोवे का कथन है कि उत्पादन की ऐसी सघन (इंटेसिव्ह) पद्धतियाँ आविष्कृत की जा रही है, जिनके फलस्वरूप बिना टॉगो के मुर्गे-मुर्गियाँ और बिना पर के चूज़े उत्पन्न करना सम्भव हो सकेगा। अमेरिका और कनाडा के कम-से-कम छह विश्वविद्यालय इस तरह के प्रयोगो मे व्यस्त है।

७९ चूज़ो के पर एक बहुत बडी समस्या है। पौल्ट्री के चौकीदारो के सामने कई उलझने खडी करते है। 'पौल्ट्री डायजेस्ट' के अनुसार मुर्गे-मुर्गियाँ लबी चीख दे कर आकाश मे कूद पडते है और धराशायी हो कर अपने प्राण छोड देते है। चिकित्सा विशेषज्ञो ने उनकी इस रोगीली वृद्धि क 'फ्लिप-ओव्हर सिंड्रोम' कहा है। पोस्टमार्टम से पता चला है कि इस तरह मृत मुर्गे-मुर्गियो के दिल पर खून के थक्के होते है, जो उनके रख-रखाव मे होने वाले जुल्म और ज़ोर-ज़बर्दस्ती के प्रतीक है। क्या मासाहारियो और अण्डाहारियो के खून मे यह सब नही पहुँचता है?

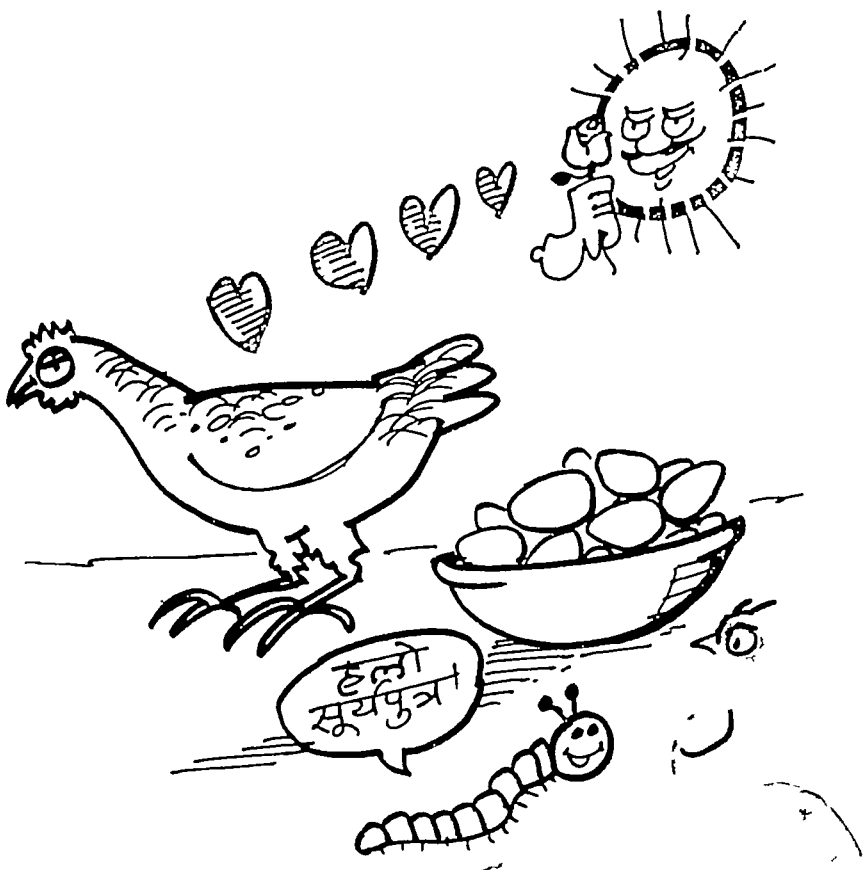
८० आज के मुर्गे-मुर्गियो को (चूज़ो को भी) जो खुराक मिलती है, वा प्राकृतिक खुराक नही है। उनकी यह खुराक प्रयोगशालाओ मे पैदा होता है। पौल्ट्री-उद्योग बिना एटीबायोटिक्स के एक पल भी ज़िंदा नही रख सकता। अमेरिकी चूज़े (अब भारतीय भी) पहले दिन से अंतिम दिन तक एटीबायोटिक्स के बल पर ही ज़िंदा रखे जाते है।

८१ नव्वे प्रतिशत से अधिक चूज़ो को सखिया-मिश्रण (आर्सेनिक कपाउड) दिये जाते है। उन्हे सल्फा-औषधियाँ और नाइट्रोफूरान्स (एटीबेक्टीरियल एजेन्ट्स) भी दिये जाते है। आप क्या सोचते है, इन का मासाहारी या अण्डाहारी पर कोई दुष्प्रभाव नही पडता है?

देश मे पशु-कारखाने (एनीमल फैक्टरीज़) खुल रहे है, जहाँ मुर्गियाँ मशीन है और अण्डे उनसे उत्पन्न पदार्थ। इस प्रक्रिया मे

प्राकृतिक कुछ भी नहीं है, बल्कि ससाधित (प्रोसेस्ड) पदार्थों की तमाम बुराइयाँ हैं। ध्यान रहे, ससाधित उत्पादन स्वास्थ्य के लिए घातक सिद्ध हुए हैं।

वास्तव में अण्डे देने का आधार मुर्गे की अपेक्षा प्रकाश अधिक है। मुर्गी को यदि आवश्यक सूर्य-प्रकाश मिले तो उसकी पिच्युटरी ग्लैंड (ग्रथि) उत्तेजित होती है और उसमें-से एक खास किस्म के हार्मोन का स्राव होता है, जिसका असर अण्डाशय पर होने के कारण उसके हजारों स्त्री-बीजों में से एक बीज अलग निकलता है और विभिन्न प्रक्रियाओं में से गुजर कर अण्डे के रूप में बाहर आता है।



८४ चूजे स्वभाव से अत्यंत सामाजिक होते हैं, किंतु उन्हें हज़ारों-लाखों की संख्या में एक-पर-एक ठूस दिया जाता है, जिससे वे सत्रस्त, आक्रामक, कुण्ठित और लगभग पागल हो पड़ते हैं। इस तरह उत्पन्न उत्तेजित और असंतोष को शान्त करने के लिए नाना प्रकार की शामक औषधियों (ट्रेक्वेलाइजरो) का प्रयोग होता है। आप क्या सोचते हैं ये शामक पदार्थ मास/अण्डे में हो कर आपके पेट और खून में नहीं पहुँचते हैं?

८५ चूजे रोशनी के प्रति अति संवेदनशील होते हैं। रोशनी उनकी शारीरिक बाढ़ को नियंत्रित करती है। 'चिकन हैवन्स' (खिडकी-विहीन वेअरहाउसेज) में पहले दो हफ्तों में २४ घंटों तक चूजों को खूब तेज रोशनी में रखा जाता है, प्रकाश इतना तीखा और तेज होता है कि चूजे लगभग पागल हो उठते हैं। ऐसे में उन्हें शान्त करना काफी कठिन हो जाता है। कोई रोशनदान या खिडकी न होने के कारण वे एक ऐसे समाज के सदस्य होकर रह जाते हैं, जिसमें लडाई, बैर, कुण्ठा, असंतोष, कलह, आक्रमण, अंधेरा और अशान्ति मुख्य होते हैं। क्या आज के मानव-समाज का चेहरा हम 'चिकन हैवन्स' में नहीं ढूँढ़ पाएँगे?

८६ क्या पौल्ट्री-उत्पादन के बिना हम अपनी प्रोटीन-जरूरतें पूरी नहीं कर सकेंगे? कर सकेंगे। जो सघन वैज्ञानिक खोजें हुई हैं, उनसे अब यह स्पष्ट हो गया है कि पौल्ट्री-उत्पादन मानव-आहार के अंतिम सहारे नहीं हैं। वास्तव में पौल्ट्री उद्योग ने तो हृदयाघात, कैंसर, लकवा और इस तरह के कई असाध्य रोगों को जन्म दिया है।

८७ अण्डा-कृषि को लेकर जो संस्कृति तैयार हुई है, उसके दुष्परिणाम अब सामने आने लगे हैं। क्या पौल्ट्रियों की बीमार, आतंकपूर्ण, भयभीत, क्रूर और बर्बर जीवन-पद्धति को हम अनजाने में अपनी जीवन-पद्धति की तरह स्वीकार नहीं कर रहे हैं? भारतीय जीवन-शैली की गुणवत्ता के ह्रास का एक बहुत बड़ा कारण हमारे देश में पौल्ट्रियों का बढ़ना और अण्डाहार को बिना सोचे-समझे बढ़ावा देना है।

• काने समय कोई यह नहीं जानता कि वह अण्डे की शक्ल में अपने में क्या डाल रहा है? वस्तुतः वह उन सतायी हुई, आतंकित,

शोषित, विकल, अस्वस्थ और वात्सल्य से वंचित, विवश, मूक मुर्गियों के अण्डे खाता है, जिनका उत्पादन 'पेट' के लिए नहीं सिर्फ 'जीभ' के लिए किया जाता है। इन दिनों अमेरिकी पौल्ड्री-उद्योग 'फ्लेवर-रहित' चूड़ों की समस्या से जूझ रहा है। अब एक खास 'फ्लेवर' जोड़ने के लिए मुर्गियों को इजेक्शन लगाये जाते हैं। भारत की एग्रीटेक हैचरियाँ भी इसी पगडंडी पर पाँव रखे हुए हैं।

पौल्ड्रियों का एक सामाजिक पक्ष भी है। इनमें जिस बर्बर असामाजिकता को पोषण मिलता है, उसकी तो हम कल्पना भी नहीं कर सकते। मुर्गियों को उनके प्राकृतिक जीवन से काट कर एक क्रूर, एकाकी, अमानवीय, असामाजिक, आतंकपूर्ण, अस्वस्थ, व्यावसायिक वातावरण में रखा जाता है। इन्हें देख ऐसा लगता है कि पौल्ड्रियों के रूप में धरती पर मनुष्य ने 'पागलखाने' स्थापित किये हैं। ये पागलखाने लगातार पागलखानों को ही जन्म दे रहे हैं। हम अपने देश में भी पौल्ड्रियाँ खोल कर अहिंसा और करुणा की जगह हिंसा और क्रूरता को जबरन रोपने-थोपने वाले पागलखाने स्थापित कर रहे हैं।

आहार-विज्ञानियों का स्पष्ट मत है कि परिवार के बजट में अण्डों की जगह दूध को ही प्राथमिकता दी जानी चाहिये। एक तो दूध अण्डों की अपेक्षा सस्ता पड़ता है, दूसरे इसमें कैल्शियम अधिक होता है।

अण्डा, मांस, मछली आदि में प्रोटीन जितना होता है उसे मनुष्य का शरीर पचा नहीं सकता, वस्तुतः प्रोटीन-सम्बन्धी निष्कर्ष चूहे को कसौटी बना कर लिये गये हैं। यह अतिरिक्त प्रोटीन अतः मनुष्य के शरीर की मांस-पेशियों में जमा हो जाता है, नतीजतन पेशियों के लचीलेपन तथा उनकी स्थिति-स्थापकता में कमी आ जाती है और वे एक तरह से जड़ हो जाती हैं। इसी कारण से कई बार प्रसव सीजेरियन क्रिया से कराना होता है। ध्यान रहे अण्डे खाने से नसे कमजोर पड़ जाती है, रक्त-संचार मंद होने लगता है तथा हृदय की स्वाभाविक गति में अवरोध उत्पन्न होने लगता है।

१२ डॉ० रॉबर्ट ग्राँस (ब्रिटेन) ने चेतावनी दी है कि अण्डे के श्वेतक (एगव्हाइट) में 'एविडिन' होता है, जिससे कोढ़, एक्झीमा,

(पक्षाघात), चर्मरोग, चर्म-कैंसर तथा अन्य एलर्जियों (अति संवेदनशीलताएँ) जैसी बीमारियाँ हो सकती हैं।

- ९३ विश्व-विख्यात पहलवान प्रो राममूर्ति पूर्णतः शाकाहारी थे, जिन्होंने अण्डा, मांस, मछली खाने वाले कई प्रचण्ड शक्ति-संपन्न पहलवानों को घड़ी-भर में पछाड़ा था। उनमें यह शक्ति कहाँ से आयी, हममें कितनी शक्ति है, इत्यादि की वास्तविक कसौटी हमारी पाचन-शक्ति, आहार की पौष्टिकता/गुणवत्ता और व्यायाम आदि पर निर्भर करती है। प्रो राममूर्ति के जीवन से यह भ्रान्ति तो निश्चय ही दूर हो जाती है कि 'शाकाहार शक्तिवर्द्धक नहीं है, सिर्फ मासाहारी ही बलिष्ठ होते हैं'।
- ९४ तुवर, चना, चौला, उड़द, मसूर आदि दालों में अण्डों की तुलना में प्रोटीन की मात्रा डेढ़ गुना होती है। मूँगफली में तो इसकी अपेक्षा दुगुना प्रोटीन होता है। यदि प्रतिदिन १०० ग्राम मूँगफली खायी जाए तो शरीर को ढेर-सारा प्रोटीन मिल सकता है। छोटे बालकों के विकास में मूँगफली के नियमित उपयोग की एक अद्भुत, निर्दोष और अत्यंत लाभप्रद भूमिका हो सकती है।
- ९५ शायद आप नहीं जानते कि पौल्ट्री-फार्मों में जो चूज़े मर जाते हैं, उन्हें मरने के आधा घंटे बाद काफी गर्मी देकर सुखा लिया जाता है और उनके शवों (मुर्दा शरीर) का पाउडर बनाकर मुर्गियों को 'पौल्ट्री फीड' के रूप में खिलाया जाता है।
- ९६ खुद का विष्टा खाने वाली, अपने मृत बच्चों का पाउडर खाने वाली गदा/सडा-गला खाद्य खाने वाली मुर्गी आप ही बताये किस तरह पौष्टिक अण्डा दे सकती है?
- ९७ अमेरिका के श्री एस्टेल ग्रे और श्री चेरिल मेरेक, जिन्होंने साइकल चलाने में विश्व कीर्तिमान स्थापित किया है, पूर्णतः शाकाहारी हैं। वे अण्डे नहीं खाते।
- अमेरिका का फेडरल स्लाटर अधिनियम (एक्ट) पढ़ने-सुनने में बहुत है, किंतु अमल में उसमें इतनी कमियाँ हैं कि वह लगभग

निरर्थक ही हो गया है। चूजो, अमेरिकी गीघो (टर्की), बतखो और हसो को इस अधिनियम मे जीव-जन्तु नही माना गया है।

११ बम्बई की हाफकिन इस्टीट्यूट का निष्कर्ष है कि अण्डे से बच्चो को बीसियो रोग हो सकते हैं। उसका कहना है कि अण्डे हायपर-एसिडिटी के सवेदनशील स्रोत है। इसके अलावा बच्चो का पाचन-त्रय इतना कोमल होता है कि वे अण्डा ठीक से पचा नही सकते, अत उन्हें किसी भी स्थिति मे अण्डा अथवा अण्डा-मिश्रित पदार्थ (केक, आँमलेट, आइस्क्रीम, बिस्किट्स आदि) नही देने चाहिये।

०० शायद आप यह नही जानते कि श्री रिजली एबेल, जिन्होने यूनाइटेड स्टेट्स कराते एसोसिएशन की वर्ल्ड चैम्पियनशिप जीती है, पूरी तरह शाकाहारी हैं। वे अण्डे नही खाते। श्री एबेल ने ८ राष्ट्रीय कीर्तिमान स्थापित किये हैं, अत यह मानना कि "अण्डा शक्तिदायक है, सिर्फ भ्रान्ति है"।



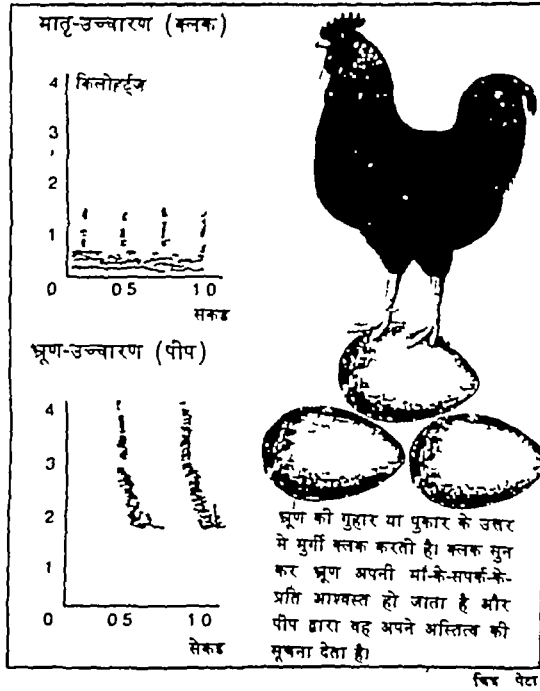
अण्डो मे सालमोनेला, क्लोस्ट्रिडियम पेराफिजीन्स, क्लोस्ट्रिडियम बोर्टिलिनम, बैसिलस सेर्यूस, वाइबियो पेराहेमोलिक्टस, एस्केरिशिया कोली तथा कैम्पीलोबैक्टर जैसे जीवाणु (बैक्टीरिया) होते हैं जो तरह-तरह की बीमारियाँ पैदा करते हैं।

बैक्टीरिया बायोमास) वाली खुराक दी जाती है, जिसका अनुपात क्रमश ५० प्रतिशत से कम नहीं, २० प्रतिशत तक, २० प्रतिशत से कम नहीं, और ५० प्रतिशत रखा जाता है। इन्ही कृष्य पशुओ (फार्म एनीमल्स) को सुखायी हुई जैव मात्रा भी दी जाती है- फिर भी आप कहेगे कि सब कुछ मानवीय और अहिंसक है? - साइस इन यूएसएसआर, १९८०

→ →
मास-वृद्धि के लिए सुअरो (१) पोलर लोमडियो (२), अण्डा देने वाली मुर्गियो (३), तथा ब्राँडलरो (४) को हाइड्रोजन जीवाणु जैव मात्रा (हाइड्रोजन

अंक ५, पृष्ठ १९।

अण्डे बात करते है मुर्गियों से



यह कोई शगल या गप नहीं है बल्कि वैज्ञानिक सचार्ड है कि अण्डा देने के बाद मुर्गियों और अण्डों के बीच ४८ घटो तक बातचीत का जीवन्त सिलसिला बना रहता है।

पौल्ट्री-उद्योग मानता है कि अण्डा शाकाहार है और अण्डा देने के बाद मुर्गी और अण्डे के बीच कोई सबन्ध नहीं रहता, किन्तु उसकी यह धारणा न सिर्फ एक सफेद झूठ है वरन् अवैज्ञानिक भी है।

सिटी यूनिवर्सिटी ऑफ न्यूयॉर्क के वैज्ञानिकों के एक समूह ने पता लगाया है कि अण्डा देने के बाद मुर्गी और अण्डे के बीच पूरे दो दिन तक बातचीत और क्रिया-प्रतिक्रिया का सिलसिला लगातार बना रहता है। इस बातचीत के ११ श्रव्य सकेत है, जिनमे-से मातृ-सकेत को क्लक और भ्रूण-सकेत को पीप कहा जाता है।

इन तथ्यों और निष्कर्षों ने अण्डा-उत्पादन की कृत्रिम आधुनिक पद्धति के सामने कई जटिल प्रश्न-चिह्न खडे कर दिये है।

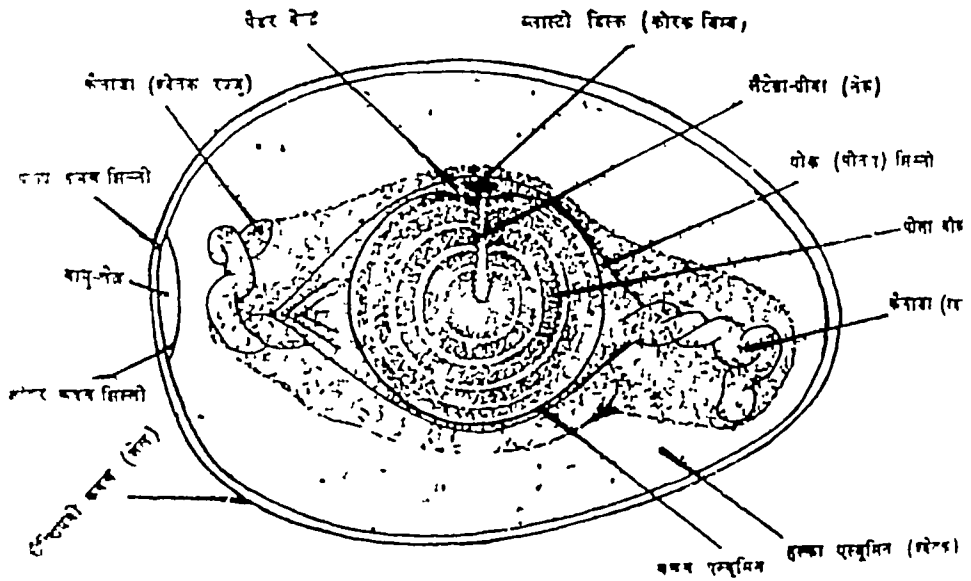
-पेटा न्यूज, वॉशिंगटन के सौजन्य से।



अण्डा: जहर ही जहर

डॉ नेमीचन्द जैन

अण्डे को शाकाहार कहना बहुत बड़ा धोखा



अण्डा शाकाहार नहीं है

ऊपर आप एक चित्र देख रहे हैं, जिसमें अण्डे की वनावट को स्पष्ट किया गया है, बताया गया है कि वह काफी जटिल है और मनुष्य कोशिश करने पर भी उसकी रचना नहीं कर सकता। प्रकृति आज भी मनुष्य के लिए एक बहुत बड़ी चुनौती है।

एक पूरे अण्डे में पीतक (योक) का बहुत बड़ा भाग होता है। इसे जिन-पीतक (पालीलेमिथल/मिगलेमिथल) कहते हैं। साइटाप्लाज्म (कोशिका-रज्जु), जॉव्वांटोडिन्स/जर्मिनल डिन्स (जनन-द्रव्य) में पाया जाता है, जीव-युक्त होता है। अण्डा फिर चाहे वह निषेचित (फर्टिलाइज्ड) हो या अनिषेचित (इन्फर्टाइल) उगम जीवनाश होता है, यह बात अब सर्ट कल्पना नहीं है, बल्कि विज्ञान द्वारा मान्य एक ठाम मन्थ है।

यह प्रचार कि अनिषेचित (इन्फर्टाइल या मुर्गी के द्वारा न भये गये) अण्डे में पौध नहीं उगाये जा सकते हैं। पार्थेनोजेनेसिस (अनिषेक-जनन-विज्ञान) के सिद्ध जर्मिनेचिअ अण्डा पर ही विचार किया गया है। पार्थेनोकार्पो का अर्थवत सिद्धांत सिद्धा है वे उगा सकते हैं कि अनिषेक-जनन होता है, अतः अण्डे को शाकाहार कहना एक बड़ा धोखा है। 'शाकाहारी अण्डा' एक मिथ्यानाम (मिमनाम) है।

सन् १९२० में 'पार्थेनोकार्पो' ने एक पुस्तिका प्रकाशित की - 'इंट्रिक्ल ग्राफ' है कि शाकाहार अण्डा उगाये जा सकते हैं। अण्डे की लोकप्रिय बनाने के लिए अनिषेचित

आँसू: ज़हर ही ज़हर

डॉ. नेमीचन्द जैन

अण्डा जहर ही जहर
डाँ. नेमीचन्द जैन

@ हीरा भैया प्रकाशन

प्रकाशन · हीरा भैया प्रकाशन
६५, पत्रकार कॉलोनी
कनाडिया मार्ग,
इन्दौर-४५२००१ मध्यप्रदेश

मुद्रण नईदुनिया प्रिंटरी
बाबू लाभचन्द छजलानी मार्ग
इन्दौर-४५२००९ मध्यप्रदेश

अक्षराकन आर पाचाल
चित्राकन देवेन्द्र शर्मा
छायाकन विश्वास जैन

| | |
|--------------|----------|
| पहली बार | जून १९८८ |
| बारहवीं बार | दिस १९९७ |
| कुल प्रतियाँ | ३५,००० |

ISBN 81/85760/23/3

मूल्य : पाँच रुपये



दूसरे देशों की नकल और होड़ में हमारे देश ने अण्डों के निरर्थक प्रयोगण्डा का जो परचम हाथ में थामा है, उसके बुरे नतीजे अब सामने आने लगे हैं। हमारी सरकार और उसकी एजेंसियाँ भारतीय सभ्कृति की गरिमा और उसकी स्वस्थ परम्पराओं को बाला-ए-ताक रख कर लोक-स्वास्थ्य की चिन्ता किये बगैर अण्डों-के-उत्पादन को न सिर्फ बढावा दे रही हैं वरन् कपटपूर्ण भाषा में उसका अतिरजित प्रचार भी कर रही हैं। चूँकि सरकार के पास दूरदर्शन, आकाशवाणी, डाक-टिकिट, भ्रखवार जैसे सशक्त प्रचार-माध्यम हैं और शाकाहारियों से बसूला गया टैक्स है अतः वह ऐसा कोई प्रयत्न नहीं छोड़ रही है, जिससे आम हिन्दुस्तानी में क्रूर, हिंसक और सवेदनशून्य सस्कार पनपें और देश की जो एक सांस्कृतिक बुनावट है वह नष्ट हो। यह जो खतरनाक बदलाव जाने-अनजाने आ रहा है या लाया जा रहा है वह आगे चल कर कितना महँगा पडेगा इसका ध्यान उन राजनीतिज्ञों को नहीं है जो तात्कालिकताओं को अन्तिम मान कर चल रहे हैं और जिनके मन में भारतीय जीवन-मूल्यों के लिए कोई इज्जत का भाव नहीं है।

कोलेस्टेरोल को ले कर जो ताजा खोजे हुई हैं और आहार-शास्त्रियों ने जो गूथ उजागर किये हैं, उनकी अनदेखी करना अब सभव नहीं है। दुनिया-भर के प्राहार-विशेषज्ञों और पोषण-विज्ञानियों ने साफ-साफ बता दिया है कि अण्डा सेहत के लिए घातक है अतः उसके उत्पादन और उपभोग को घटाना चाहिये।

वस्तुतः यह पश्चिम से आया जहर है, जो हमारे विवेक पर लगातार हमला कर रहा है। यह विष भूखी-की-मदी-आँच-की-तरह हमारे खान-पान और हमारे रहन-सहन में भिद कर हमारे जीवन का एक अनिवार्य हिस्सा बनना चाह रहा है।

अंग्रेज जानते थे कि हिन्दुस्तान को राजनैतिक गुलाम बनाने के साथ-साथ सांस्कृतिक और सांभ्यतिक गुलामी की जजीरों में भी बाँधना चाहिये, अतः उन्होंने अंग्रेजी और अंग्रेजियत दोनों को जीवन के हर क्षेत्र में पाताल-तक-नींव दे कर चुप-चुप रोप दिया। आज हम हज़ार कोशिशों के बावजूद उस जहर को निकाल पाने में असमर्थ हैं। अण्डे ने पश्चिम से आ कर हमारी तमाम स्वस्थ परम्पराओं पर प्रहार किया है। भारतीय जीवन में अहिंसा, करुणा, प्रीति, वात्सल्य, पर्यावरण-की-रक्षा, प्रकृति-से-भरपूर-प्यार, पशु-पक्षियों, पेड़-पौधों के लिए गहरी सहानुभूति का जो तत्त्व था, वह बिल्कुल चौपट हो गया है। प्रकृति के लिए हमारे मन में जो घरोपा और आत्मीयता थी वह अब लगभग खत्म हो चली है। धर्म, जो हमारे रचनात्मक सस्कार को प्रतिक्षण जागरूक रखता था, भी आज अनास्था और उपेक्षा का शिकार हो गया है। धर्म ने हमारी कोमल भावनाओं की जो परवरिश की उसे हम कला, शिल्प और साहित्य के क्षेत्र में सहज ही देख सकते हैं। धर्म-की-गैरहाजिरी में अब हमें हिंसक कामों में रस आने लगा है और हमें अब ऐसा कतई नहीं लगता कि हम कोई गलत काम कर रहे हैं या कोई सांस्कृतिक अपराध हमारे द्वारा हो रहा है। यह परिवर्तन भारतीय जन-जीवन के लिए बहुत खतरनाक है।

मूलतः हमारा देश शाकाहारी है, अहिंसक है, प्रकृति-प्रेमी है, कृषि-प्रधान है। धरती हमारी माँ है। भारत हमारी माँ है, किन्तु अब उपहासास्पद यह है कि उसी की छाती पर मुर्गी-पालन केन्द्रों (पोल्ट्रियों/फैक्टरियों) का एक अन्तहीन जाल बिछा दिया गया है। जो एजेंसियाँ भारतीय रीति-रिवाजों की अनदेखी करते हुए अण्डे का प्रचार-प्रसार कर रही हैं, उन्होंने इसे ले कर एक विशिष्ट लुभावनी शब्दावली का विकास कर लिया है। शुरू में धर्म पर हमला हुआ और अण्डे को 'रामलड्डू' कहा गया। भोपाल और वम्बई में तब इस शब्द का विरोध हुआ और धन्धेवाजों ने इस शब्द के टम्नेमाल को जैसे-तैसे बन्द किया।

असल में व्यापारियों को चाहिये धन। धन उनका माईबाप है। उन्हें न तो मुत्क में कोई वाप्ता है, न उमकी गौरवशालिनी परम्पराओं से, और न ही उमकी नैतिक उज्ज्वलताओं से — उन्हें तो चाहिये पैसा, फिर साधन चाहे जो हो, जैसा हो। उम दूषित दृष्टि के कारण ही बड़े टेढ़े चल कर अण्डे के प्रचार को अंग्रेजी में-से भारतीय जन-जीवन में बोला गया (घोला जा रहा है)। जहाँ एक ओर अंग्रेजी-

अरब अण्डे पैदा करने की कसम खा चुका है। हैदराबाद के एक वरिष्ठ पौष्टी अधिकारी का कथन है कि अण्डों का उत्पादन अधिक है और खपत कम इसलिए सरकार उनकी खपत बढ़ाने के लिए अच्छे-बुरे सभी तरीके अपना रही है।

जो सस्थान अण्डे के प्रचार-प्रसार में जी-जान से लगे हुए हैं और जिन्होंने झूठ बोल कर भारतीय उपभोक्ता को लुभाने की चालवाजियाँ सीख ली हैं उनमेंसे एक है पूना-स्थित 'नेशनल एग कोऑर्डिनेशन कमेटी', जिसने एक ही दिन में बम्बई, पूना, सागली, मिरज, जयपुर, इलाहाबाद, और हैदराबाद में जुलूस निकाल कर 'अण्डे खाने की आदत डालो' 'अण्डा बेजीटेरियन फ़ूड है' के नारे लगा कर मुफ्त में अण्डे बाँटे। जो आँकड़े हमें प्राप्त हुए हैं उनके अनुसार नेएकोक ने बम्बई में ४०,०००, पूना में ३०,०००, और हैदराबाद में ६०,००० अण्डे रास्ते-चलते आदमी को मुफ्त में बाँटे। कमेटी ने बेरोजगार नौजवानों की लाचारी का शोषण कर उन्हें आमलेट, उबले अण्डे, तथा अण्डे-के-सेडविच बेचने के काम में लगाया।

'नेएकोक' ने अण्डों को लोकभोग्य बनाने की दृष्टि से पूना में ५० हथठेलों के लिए बैंक से कर्ज़ दिलवाये। उसकी भावी योजना है कि अगले चार वर्षों में अण्डों के प्रचार-प्रसार के लिए पूरे देश में १०,००० लारियाँ चलाये। हास्यास्पद है कि शाकाहारी समाज शाकाहार के प्रचार-प्रसार के लिए एक भी लारी उपलब्ध नहीं करा सका (सकेगा), किन्तु 'नेएकोक' दस हज़ार लारियाँ चला कर हमारे देश की संस्कृति का चेहरा बदल देगी। ध्यान रहे, कि यदि बर्वादी के इन क्षणों में भी हम गाफिल रहे तो यह उपयोगी क्षण फिर हमारे द्वार पर दस्तक देने नहीं आयेगा।

आश्चर्य है कि जहाँ अमरीकी और यूरोपीय देशों के आहार-शास्त्रियों ने रोजमर्रा की खुराक में अण्डों की बढ़ती हुई खपत पर गहरी चिन्ता व्यक्त की है, वहाँ हमारे देश में 'नेएकोक' यह कह रही है कि 'सडे हो या मडे रोज खाये अडे' या 'सप्ताहना सातेय वार, लो इडाना आहार' या 'हेव वन एग एव्हरी डे'। अमरीकी मेडिकल एसोसिएशन ने तो हाल ही अपने एक चकत्वय में यहाँ तक कहा है कि फूड पॉइजनिंग की ज्यादातर घटनाओं के लिए अण्डों में रहने वाला 'सालमोनेल्ला बैक्टीरिया' जिम्मेदार है। यह बैक्टीरिया उल्टी, दस्त, पेचिश तथा आंतों की अनेक बीमारियों को जन्म देता है। इन सारी परिस्थितियों में यह सोचना जरूरी है कि अण्डा, जिसे ले कर इतना धुआंधार प्रचार किया जा रहा है, स्वास्थ्य के लिए कितना नुकसानदेह है ?

इस पुस्तिका में अण्डे के बारे में तर्कसंगत और व्यापक जानकारी दी गयी है और लगभग उन तमाम तथ्यों को पाठकों/उपभोक्ताओं के सामने रख दिया है, जो

छह/अण्डा ज़हर ही ज़हर

हमें विभिन्न स्रोतों (पुस्तकों, मंगलीनों आदि) में प्राप्त हुए हैं। हमें विश्वास है सामान्य भारतीय इन तथ्यों पर निष्पक्षता और गहराई से विचार करेगा और हमारे इस कथन पर कि 'विज्ञापन उत्त वस्तु का किया जाता है, जो प्रायः कमजोर होती है' ठण्डे मन-मस्तिष्क से विचार करेगा। आप ही बतायें भला कि क्या किसी प्रामाणिक लोकप्रयोगी वस्तु के विज्ञापन की आवश्यकता होती है ? उसे तो लोग खुद-ब-खुद ढूँढ लाते हैं और लाभप्रद होने पर किसी भी कीमत पर हर हालत में हांसिल करते हैं।

'नेएकोक' जिस तरह से भारतीय उपभोक्ताओं के साथ एगचाट, एगकरी, एगसलाद जैसे चटखारों का लालच दे कर धोन्दाघट्टी कर रही है उसे हमें एक व्यापक आन्दोलन द्वारा रोकना चाहिये और अण्डे-मै-उत्पन्न वीमारियों से खुद को और अपनी समकालीन पीढ़ी को बचाना चाहिये। शुद्ध-शुद्ध में जिम अण्डे को हम मुक्त में, या देवादेवी खा कर एक नकली और अन्यायी चुम्बी का अनुभव करते हैं, वही भागे चल कर हाटंअटक, लकवा, टीबी, पथरी, एक्झीमा आदि में बदल जाती है और फिर एक लम्बे समय तक हमें उनके दुष्परिणाम भोगने पड़ते हैं। बच्चों को तो अण्डों से (डॉक्टरों के हज़ार कहने पर भी) कोसों दूर रखना चाहिये, क्योंकि अण्डे अंतों को उत्तेजित करते हैं, उन पर पाचन का अनिश्चित बोझ डालते हैं और कम उम्र में ही उन्हें या तो सड़ाई की ओर ले जाते हैं, या निकम्मा और मद कर देते हैं।

सन्तौर १ जून १९८८

—डॉ. नेमीचन्व जैन,
संपादक 'शाकाहार' अन्ति

अण्डा जहर ही जहर/सात

अण्डा ज़हर ही ज़हर

—डॉ धनजय गुण्डे ९

अण्डो से 'जेथोमा' और 'हायपरकोलेस्टेरोलेमिया'

रोगों का खतरा

—योगेश अरोरा १३

अण्डे स्वास्थ्य के लिए बेहद खतरनाक

—डॉ नेमीचन्द १७

अण्डे को शाकाहारी बताने का पड्यन्त्र

—उत्तमचन्द्र धीवास्तव १९

कितने जुल्म ढाये जाते हैं इन मासूम नृजों पर ! !

—'पेटान्यूज़' से २०

अण्डा कितना ज़हर ?

— प्रणवेन्द्र शर्मन् २३

क्या अण्डा अहिसक है ?

—डॉ अनिलकुमार २५

शाकाहारी पदार्थों की पीण्डिकता अण्डे से अधिक

—रवीन्द्रकुमार २८

अण्डा यानी हृदय-रोग को सीधा निमन्त्रण

—अरविन्द जैन २९

अण्डा पाँच प्रतिशत फायदा, पिच्यानवे प्रतिशत नुकसान

—डॉ वसन्त जाई २९

तो क्या हम अण्डे खायें ?

—डॉ शोभन ३०

एग गुड सोर्स ऑफ एनर्जी — ए मिथ (अग्रेजी)

—डॉ डी सी जैन ३१

अण्डे सभी होते हैं सजीव

—डॉ आर बी केतकर ३७

अण्डा : जहर ही जहर

डाँ धनजय गुण्डे

प्रत्येक जीवित प्राणी के लिए कम-से-कम तीन बातों की आवश्यकता होती है, ये हैं शुद्ध हवा, शुद्ध जल और शुद्ध आहार या अन्न। हमारी अपेक्षा रहती है कि जो हम लेते हैं वह अन्न, हवा और पानी — स्वास्थ्य उत्तम रखने के लिए स्वास्थ्य-सर्वक, शरीर के होने वाले क्षरण की क्षतिपूर्ति के लिए पुष्टिकारक तथा दिन-प्रतिदिन के मन और तन के कार्य-कलाप के लिए ऊर्जादायी हो। यह अपेक्षा भी सही ही है कि जो अन्न हम खाते हैं उससे विभिन्न रोग न हो। उपर्युक्त कसौटी यदि 'अण्डा एक खाद्य पदार्थ' पर लगाये, तो हम पायेंगे कि मनुष्य के लिए अण्डे कभी एक उत्तम आहार हो ही नहीं सकते। उनसे लाभ की अपेक्षा हानि ही अधिक है। बावजूद इसके, अपने व्यक्तिगत हित के लिए अण्डे तैयार करने वाली कुछ व्यापारिक संस्थाएँ इस बारे में एकांगी और धोखादायी प्रचार कर रही हैं महज इसलिए कि उनके अण्डों की खपत हो और घन्धा मुनाफे में चले। इस बारे में हमें सावधान होना चाहिये। उनके विज्ञापनों के शिकार होने से बचना चाहिये।

अण्डों के तत्त्व

अण्डे का जो भाग खाया जाता है (सफेद और पीला बल्क), उसके तत्त्वों में हमारी ऊर्जा-प्राप्ति के लिए आवश्यक कार्बोहाइड्रेट तत्त्व नहीं हैं। उसी प्रकार उसमें विटामिन 'के' नहीं है और क्षारों की मात्रा भी अन्य खाद्य पदार्थों की तुलना में बहुत कम है। अधिकांश लोगों को इसकी जानकारी नहीं है।

१०० ग्राम पदार्थ के खाद्य तत्त्व

| पदार्थ का नाम | प्रोटीन | फावों | चर्बी | क्षार | ऊर्जा | कीमत |
|---------------|---------|-------|-------|-------|-------|------|
| अण्डे | १३ ३ | — | १३ ३ | १ ०० | १७३ | १-२० |
| गहूँ | १३ २ | ७९ २ | १ ७ | १ ८ | ३५३ | ०-३० |
| मूँग | २४ ०० | ५६ ६ | १ ३ | ३ ६ | ३३४ | ०-८० |
| सोयाबीन | ४३ २ | २२ ९ | १९ ५ | ४ ६ | ४३२ | ०-५० |

उपर्युक्त तालिका से आप समझ जाएँगे कि १०० ग्राम (लगभग दो) अण्डों में जितना प्रोटीन मिलता है, उतना ही गेहूँ से भी। मूँग, चना जैसी दालों से तिगुनी-चौगुनी मात्रा में प्रोटीन मिलता है। यदि एक ग्राम प्रोटीन की कीमत निकालें तो इस प्रकार खर्च आयेगा—

अण्डा जहर ही जहर/नी

पर कोलेस्टेरोल की तहो का जमना। यह कोलेस्टेरोल आहार से ही ग्रहण किया जाता है और उसका मुख्य भंडारण अण्डे, मांस, मलाई, मक्खन, दही का चक्का और घी में होता है। यदि नियमित रूप से आहार में २०० से २२० मिलीग्राम अधिक कोलेस्टेरोल लिया गया, तो हृदय-विकार, रक्तचाप जैसी बीमारियाँ होने की आशंका कई गुना बढ़ जाती है। १०० ग्राम अण्डों में सामान्यतः ५०० से ५५० मिलीग्राम तक कोलेस्टेरोल होता है। अण्डे का पीला हिस्सा पूर्णतः ससक्त-स्निग्ध यामी चर्बी या कोलेस्टेरोल होता है, इसलिए रोज १०० ग्राम अण्डे लेने का मतलब है ज़रूरत से ढाई गुना कोलेस्टेरोल अधिक लेना। यह सहज ही समझा जा सकता है कि इसका अर्थ है हृदय-विकार और रक्तचाप को सीधा बुलावा। उसी प्रकार अण्डे के सफेद भाग—'अलब्यूमिन' में सोडियम साल्ट की मात्रा बहुत होती है। सफेद भाग खाना याने नामक खाने जैसा है और नमक रक्तचाप का एक कारण है।

अण्डे में 'एवीडिन'

अण्डे में 'एवीडिन' नामक एक तत्त्व है। इससे शरीर में खुजली, एलर्जी और दमे के रोग होते हैं।

अण्डे में डी. डी. टी.

अण्डे अधिकतर पौट्री से मिलते हैं। पौट्री (मुर्गी-मालन केन्द्र) की मुर्गियों को बहुत-सी बीमारियाँ होती रहती हैं। वे बीमार न पढ़ें इसलिए उनके आस-पास अनेक ज़हरीली दवाएँ छिड़की जाती हैं। ये दवाएँ उनके खाद्य के जरिये अण्डे में आती हैं। उसी प्रकार कुक्कुट-आहार सड़े अनाज से भी बनाया जाता है। मुर्गी जल्दी अण्डे दे इसलिए उसमें हार्मोन और एन्टीबायोटिक जैसी औषधियाँ भी डाली जाती हैं। ये सब अण्डों में उत्तर आती हैं, इसलिए अण्डे खाने का मतलब है—अनावश्यक हार्मोन, एन्टीबायोटिक, डी डी टी आदि खाना।

१० प्रतिशत अण्डे सड़े होते हैं

भारत उष्ण कटिबन्ध का देश है। यहाँ का तापमान सदैव ३० से ४० डिग्री सेंटिग्रेड रहता है। अण्डे यदि ८ सेंटिग्रेड से अधिक तापमान में १२ घण्टे से अधिक समय तक रहे, तो उनके भीतर सड़ने की क्रिया शुरू हो जाती है। पौट्री फार्म पर अण्डे तैयार होने से विक्री होने तक २४ से २८ घण्टों का समय बीत जाता है। अण्डे को गर्म तापमान में रखा जाता है, इस कारण १० से १५ प्रतिशत अण्डे भीतर से सड़े हुए होते हैं। सूक्ष्म स्तर पर सड़े हुए अण्डों के पहचानने न जाने के कारण वे उसी तरह काम में ले लिये जाते हैं। विशेषकर भोजनालयों और होटलों में तो वे वैसे ही काम में लाये जाते हैं। ऐसे सड़े अण्डे खाने पर उदर-विकार होते

१ ग्राम प्रोटीन

| | |
|------------|-----------------------|
| अण्डे मे | १४ पैसे मे |
| गेहूँ से | ४ पैसे मे |
| दालो से | ३ पैसे मे |
| सोयाबीन से | १ पैसे से कुछ अधिक मे |

अर्थात् केवल प्रोटीन का ही विचार करे, तो अण्डे से मिलने वाला प्रोटीन सोयाबीन से ७ गुना, दालो से ४ गुना, तथा गेहूँ से ३ गुना महँगा पडता है।

केलोरी (ऊर्जाक) के व्यय का व्यौरा इस प्रकार रहेगा—

१०० कॅलोरी

| | |
|------------|---------|
| अण्डे से | ९० पैसे |
| गेहूँ से | ९ ,, |
| दालो से | ८ ,, |
| सोयाबीन से | ५ ,, |

इस तरह यह स्पष्ट हो जाता है कि अण्डे से प्राप्त केलोरी सबसे महँगी पडती है। ध्यान रहे केलोरी अण्डे से मिले या अनाज से उसकी श्रेणी मे कोई अन्तर नहीं होता।।

वनस्पति-जन्य जो एक-दल या द्वि-दल पदार्थ हैं उनमे लौह, कैल्सियम और अन्य क्षारो की मात्रा अण्डो या मांस-जैसे प्राणिज पदार्थों की अपेक्षा कई गुना अधिक होती है यानी अण्डो या प्राणिज पदार्थों से खनिज और जीवन-सत्त्व का प्रदाय ठीक से और पर्याप्त नहीं होता है।

इसीलिए अण्डो या मांस-जैसे प्राणिज पदार्थों को अपूर्ण आहार कहा जाता है। उनमे कार्बोहाइड्रेट नामक महत्त्वपूर्ण तत्त्व नहीं है और विटामिन तथा खनिज पदार्थ भी कम मात्रा मे मिलते है, इतना ही नहीं, वे आर्थिक दृष्टि से भी महँगे होते हैं, इसीलिए मानव-प्राणी केवल अण्डे, मांस आदि प्राणिज पदार्थ खा कर जीवित नहीं रह सकता, प्राणिज पदार्थों के साथ-साथ वह भरपूर मात्रा मे शाकाहारी पदार्थ भी लेता है, यही कारण है कि अण्डे आदि से होने वाले खतरे ध्यान मे नहीं आते, लेकिन मनुष्य केवल शाकाहारी पदार्थों पर जीवित रह सकता है।

अण्डे खाने से नुकसान

नियमित अण्डा-सेवन यानी हृदयरोग, रक्तचाप, गुर्दे की बीमारी एव उदर-विकारो को आमन्त्रण। इसमे आश्चर्य की कोई बात नहीं है। हृदय-रोग एव रक्तचाप (ब्लड-प्रेसर) होने के प्रमुख कारणो मे एक है रक्त-वाहिनियो की भीतरी दीवारो

दस/अण्डा जहर ही जहर

पर कोलेस्टेरोल की तहो का जमना। यह कोलेस्टेरोल आहार से ही ग्रहण किया जाता है और उसका मुख्य सञ्चयण अण्डे, मांस, मलाई, मक्खन, दही का चक्का और घी में होता है। यदि नियमित रूप से आहार में २०० से २२० मिलीग्राम अधिक कोलेस्टेरोल लिया गया, तो हृदय-विकार, रक्तचाप जैसी बीमारियाँ होने की आशंका कई गुना बढ़ जाती है। १०० ग्राम अण्डों में सामान्यतः ५०० से ५५० मिलीग्राम तक कोलेस्टेरोल होता है। अण्डे का पीला हिस्सा पूर्णतः ससक्त-स्निग्ध यानी चर्बी या कोलेस्टेरोल होता है, इसलिए रोज १०० ग्राम अण्डे लेने का मतलब है ज़रूरत से ढाई गुना कोलेस्टेरोल अधिक लेना। यह सहज ही समझा जा सकता है कि इसका अर्थ है हृदय-विकार और रक्तचाप को सीधा बुलावा। उसी प्रकार अण्डे के सफेद भाग—'अलब्यूमिन' में सोडियम साल्ट की मात्रा बहुत होती है। सफेद भाग खाना याने नामक खाने जैसा है और नमक रक्तचाप का एक कारण है।

अण्डे में 'एवीडिन'

अण्डे में 'एवीडिन' नामक एक तत्त्व है। इससे शरीर में खुजली, एलर्जी और दमे के रोग होते हैं।

अण्डे में डी. डी. टी.

अण्डे अधिकतर पौल्ट्री से मिलते हैं। पौल्ट्री (मुर्गी-पालन केन्द्र) की मुर्गियाँ को बहुत-सी बीमारियाँ होती रहती हैं। वे बीमार न पढ़ें इसलिए उनके आस-पास अनेक ज़हरीली दवाएँ छिड़की जाती हैं। ये दवाएँ उनके खाद्य के ज़रिये अण्डे में आती हैं। उसी प्रकार कुक्कुट-आहार सड़े अनाज से भी बनाया जाता है। मुर्गी जल्दी अण्डे दे इसलिए उसमें हार्मोन और एन्टीबायोटिक जैसी औषधियाँ भी डाली जाती हैं। ये सब अण्डों में उतर आती है, इसलिए अण्डे खाने का मतलब है—अनावश्यक हार्मोन, एन्टीबायोटिक, डी डी टी आदि खाना।

१० प्रतिशत अण्डे सड़े होते हैं

भारत उष्ण कटिबन्ध का देश है। यहाँ का तापमान सदैव ३० से ४० डिग्री सेंटिग्रेड रहता है। अण्डे यदि ८ सेंटिग्रेड से अधिक तापमान में १२ घण्टे से अधिक समय तक रहें, तो उनके भीतर सड़ने की क्रिया शुरू हो जाती है। पौल्ट्री फार्म पर अण्डे तैयार होने से बिक्री होने तक २४ से २८ घण्टों का समय बीत जाता है। अण्डे को गर्म तापमान में रखा जाता है, इस कारण १० से १५ प्रतिशत अण्डे भीतर से सड़े हुए होते हैं। सूक्ष्म स्तर पर सड़े हुए अण्डों के पहचाने न जाने के कारण वे उसी तरह काम में ले लिये जाते हैं। विशेषकर भोजनालयों और होटलों में तो वे वैसे ही काम में लाये जाते हैं। ऐसे सड़े अण्डे खाने पर उदर-विकार होते

है और विष-बाधा (फूडपॉयजनिंग) होती है। उसी प्रकार अण्डे-का-कवच छिद्रयुक्त होने से ऐसे सड़े अण्डो में विभिन्न रोग पैदा करने वाले जन्तु भी उत्पन्न होते हैं।

अण्डे पित्त वर्द्धक

अण्डे खाने से गर्मी बढ़ती है। यह एसिडिटी निर्मित करने वाला खाद्य है और पचने में भारी होता है। हाफकिन इस्टिट्यूट, बम्बई ने अपने निष्कर्ष में स्पष्ट किया है कि बच्चे की पाचन-शक्ति कमजोर होती है, इसलिए छोटे बच्चों को अण्डे नहीं देने चाहिये। उसी प्रकार जिनके घर में चर्म या दमे का विकार है, उन्हें भी अण्डे नहीं खाने चाहिये।

अण्डे के विशिष्ट प्रोटीन और फॉस्फेरिक एसिड एसिडिटी की मात्रा बढ़ाते हैं। एसिडिटी बढ़ने पर मानवी रक्त के पीटीटी कम हो जाते हैं, इस कारण गुर्दे की बीमारी, गठिया और गाउट-जैसी बीमारियाँ होती हैं। यदि पीटीटी कम हो तो सब बीमारियाँ अधिक प्रभावी हो जाती हैं।

अण्डे और कब्जियत

अण्डो या अन्य प्राणिज पदार्थों (सुअर का मांस) में मानवीय आहार के लिए आवश्यक रेशे (फाइबर) बिल्कुल नहीं होते, इस कारण अण्डा या मांस खाने वालों को कब्ज की बीमारी हो जाती है। कब्जियत से ही बवासीर, भगदर और आंत का कैंसर होता है।

अण्डे से सावधान

इन तमाम खतरों को जानबूझ कर अनदेखा करते हुए, केवल अपने धन्ये में पैसा प्राप्त करने के लिए, पौल्ट्री-व्यवसाय करने वाली कुछ व्यापारिक संस्थाएँ एकांगी प्रचार कर रही हैं। इससे सावधान रहना है।

यह ध्यान रखने-जैसी बात है कि आज पाश्चात्य देशों में ऐसे पदार्थों के सेवन का परिमाण बढ़ने से क्या स्थिति हो गयी है, वहाँ ५४ प्रतिशत मृत्यु हृदय-विकार और रक्तचाप से और ३० प्रतिशत कैंसर से होती है। इन रोगों के जो अनेक कारण हैं उनमें प्रमुख है गलत आहार और बढ़ते हुए व्यसन। गलत आहार में शकर, मैदा, अण्डे, मांस, डिल्ला-बन्द और तले हुए खाद्य पदार्थों का परिमाण अत्यन्त बढ़ रहा है। बढ़ते व्यसनो में शराब, तबाकू, नशीली वस्तुओं का सेवन बढ़ रहा है, इसीलिए अगर अपना अत्यन्त महत्त्वपूर्ण खजाना जीवन और उसके लिए आवश्यक स्वास्थ्य को सुरक्षित रखना हो, तो हमें सावधान होना होगा।

खुद अण्डे मत खाइये, दूसरों को खाने के लिए उत्साहित मत कीजिये, इसके विपरीत शुद्ध, सादा शाकाहार (सब्जियों, ताजे फलों एवं दालों का उपयोग) करने तथा इसके साथ-साथ शराब, तबाकू या नशीले पदार्थों से दूर रहने पर आपका स्वास्थ्य उत्तम रहेगा। □

वारह/अण्डा जहर ही जहर

अण्डों से 'जैथोमा' और 'हायपरकोलेस्टेरोलेमिया' रोगों का खतरा

योगेश अरोरा

कोलेस्टेरोल जिगर (लीव्हर), आँतों तथा ऊतकों (टिसूज़) द्वारा सश्लेषित चर्बी में घुल सकने वाला (विलयशील) पदार्थ है।

मनुष्य का शरीर प्रतिदिन ५०० से १००० मिलीग्राम कोलेस्टेरोल उत्पन्न करता है। इतनी मात्रा से सामान्यतया हमारी जरूरतें पूरी हो जाती हैं, किन्तु यदि आहार बहुत गरिष्ठ है तो इसका मतलब हुआ प्रतिदिन ५०० से १००० मिलीग्राम कोलेस्टेरोल का अतिरिक्त उत्पादन। कोलेस्टेरोल का करीब-करीब आधा भाग शरीर द्वारा अवशोषित हो जाता है, यानी सोख लिया जाता है। एक अण्डे में लगभग ३०० मिग्रा कोलेस्टेरोल होता है।

कोलेस्टेरोल की रासायनिक संरचना शरीर में होने वाली किसी भी गड़बड़ी की प्रतिरोधक होती है। जो हो, कोलेस्टेरोल, जिसे हम ग्रहण करते हैं, का कुछ भाग शरीर से विलोपित हो जाता है। बाकी में-से कुछ जिगर (यकृत) द्वारा उत्सर्जित होता है, कुछ पित्ताशय (गॉलब्लडर) द्वारा कुछ समय के लिए संचित कर लिया जाता है, और कुछ आँतों से गुज़र कर मल के साथ बाहर आ जाता है।

यदि पित्ताशय-के-तरलो में इसकी मिकदार अधिक होती है तो पथरी बनने के खतरे को किसी तरह टाला नहीं जा सकता, उसकी आशका निरन्तर मुंह बाये रहती है।

पित्ताशय के रोगों से संबंधित पीडा को, जो संबंधित रोगों का संकेत देती है, यथासमय कम-चर्बी वाले भोजन से दूर किया जा सकता है। इस तरह हम चाहें तो ऑपरेशनों से बच सकते हैं।

अतिरिक्त कोलेस्टेरोल चर्म (स्किन) और कडराओं (टेडनो) में जमा हो कर छोटे, सपाट लचाके (प्लैको) तथा पिंडों की शक्ल ले सकता है—इन्हें 'जैथोमा' कहा जाता है।

सन् १९८५ का नोबल पुरस्कार जिन दो अमरीकी डॉक्टरों को मिला है उन्होंने अतिरिक्त कोलेस्टेरोल से होने वाले हृदय-रोगों की विस्तार में चर्चा की है और बताया है कि इन खतरों को कैसे टाला जा सकता है।

१४ अक्टूबर १९८६ को स्टॉकहोम की कारोलिंस्का इन्स्टीट्यूट में नोबल कमेटी ने दो चिकित्सकों श्री माइकेल एस ब्राउन/श्री जोसेफ एल गोल्डस्टीन (दोनों टेक्सास यूनिवर्सिटी) को यह कहते हुए पुरस्कृत किया कि उनकी खोजों ने कोले-

स्टेरोल के उपापचय (मेटावॉलिज्म) तथा खून-मे-कोलेस्टेरोल-के-बढ़े-हुए-स्तर-से-उत्पन्न बीमारियों से सबन्धित ज्ञान-मे-क्रान्ति उपस्थित की है।

इन चिकित्सकों का निष्कर्ष है कि उद्योग-प्रधान देशों में मृत्यु के बड़े कारणों में दिल-की-बीमारियों के चारों ओर जिनमें अतिसंतृप्त चर्बी (हाईली सेचुरेटेड फैट) तथा कोलेस्टेरोल-से-युक्त आहार भी है, खोजा जा सकता है। ये आनुवंशिक कारकों (फैक्टरो) से, जो शरीर में उत्पादित कोलेस्टेरोल के सामान्य परिचालन को बाधित करते हैं, भी हो सकती हैं।

नोबल समिति ने कहा है कि इन चिकित्सकों ने कोलेस्टेरोल-शोध के क्षेत्र में अपनी खोजों (१९७३) में कोशिका (सेल) की सतहों पर स्थित उन स्थलों को, जिन्हें ग्राही (रिसेप्टर्स) कहा जाता है और जो शरीर के रक्त-प्रवाह के अवशोषक होते हैं, सुनिश्चित किया है।

कोलेस्टेरोल, जो शरीर में उत्पादित है और जो वहाँ आहार में हो कर पहुँचता है, जीवन के लिए लाजिमी है। इसकी, कोशिका-झिल्लियों की बनावट में, तथा कुछ हार्मोन्स के उत्पादन में निर्माण-सामग्री के रूप में आवश्यकता होती है। कोलेस्टेरोल खून में-से एलडीएल (लो डेसिटी लिपोप्रोटीन्स) कणों द्वारा संचरित है।

एलडीएल यकृत (लीव्हर) की कोशिकाओं द्वारा भी अवशोषित होता है वहाँ, जहाँ कोलेस्टेरोल का शरीर से विलोपन होता है ताकि वह रक्त-प्रवाह में न जमे और धमनियों को अवरुद्ध न करे।

डॉ. ब्राउन और डॉ. गोल्डस्टीन ने पता लगाया है कि एक कोशिका कोलेस्टेरोल की कितनी मात्रा ग्रहण कर सकती है इसकी सीमा है, और यह कि रक्त में चर्बी और कोलेस्टेरोल की अधिकता मनुष्य की धमनियों को रुद्ध करती है, जिससे लकवा हो सकता है और दिल-का-दौरा भी पड़ सकता है।

उन्होंने इस तथ्य को भी ढूँढ निकाला कि कुछ लोग आनुवंशिक दोष के कारण पहले से ही उच्च रक्त-कोलेस्टेरोल से ग्रस्त रहते हैं—उनकी कोशिकाओं में एलडीएल की कमी के कारण कोलेस्टेरोल पहले से ही अधिक जमा होता है।

वे इस नतीजे पर पहुँचे कि जो व्यक्ति रेडमीट (गाय/सुअर आदिका मांस) और डेरी-उत्पादनो (अंडों) आदि का अधिक परिमाण में उपयोग करते हैं, वे कोशिकाओं की सतह पर स्थित एलडीएल ग्राही कणों की संख्या को घटा लेते हैं। इस तरह ग्राही कणों की कमी का सीधा अर्थ हुआ रक्त-प्रवाह में कोलेस्टेरोल-युक्त पदार्थों का होना तथा धमनियों की भित्तियों पर कोलेस्टेरोल का जमना।

डॉ. गोल्डस्टीन ने कहा है कि हमारी खोज ने रक्त-कोलेस्टेरोल के नियन्त्रण ग्राही कणों (रिसेप्टर्स) की भूमिका को रेखांकित किया है और प्रतिपादित किया कि ग्राही कणों को औषधियों से और कम-चर्बी-युक्त तथा कम-कोलेस्टेरोल-वाले भोजन द्वारा उन्नत किया जा सकता है।

क्या अण्डे खाने और मनुष्य के शरीर में कोलेस्टेरोल की मात्रा बढ़ने के बीच कोई संबंध है ?

सक्रामक रोगी तथा पौल्ट्री-परजीवी (पेरिसाइट्स) से बचाव के लिए भारतीय कुक्कुट-पालक डीडीटी तथा ऐसे ही अन्य रसायनों का प्रचुर मात्रा में उपयोग करता है, जो मुर्गियों के शरीर में तथा उनके अण्डों में प्रवेश कर जाते हैं। अण्डे और चूबों के खाने से डीडीटी तथा अन्य कीटनाशी अवशेष मनुष्य के शरीर में पहुँच जाते हैं।

भारतीय कृषि अनुसंधान परिषद् के एक सर्वे से पता चलता है कि अण्डे, इन दिनों डीडीटी तथा अन्य ऐसी ही रसायनों से सङ्घित हो जाते हैं इस हद तक कि माँ के दूध में भी वे आ जाते हैं।

विकसित देशों में कुक्कुट-पालन-उद्योग पर नियन्त्रण रखने के लिए स्वच्छता, वातावरणगत स्वास्थ्य तथा कीटनाशी दवाओं आदि के उपयोग के लिए कई स्पष्ट कायदे-कानून बने हुए हैं। ये अधिनियम पौल्ट्रीफार्मों को कुप्रबंध का शिकार होने तथा उन्हें कोलहल, बदबू, और पीडक जन्तुओं के अड्डे बनने से बचाते हैं। हास्यास्पद यह है कि जहाँ दुनिया के अधिकांश मुल्कों ने डीडीटी का उपयोग बन्द कर दिया है, भारत में आज भी इसका खुला उपयोग होता है।

अण्ड-कवच (शेल), जिसमें श्वासोच्छ्वास के लिए १५००० सूक्ष्म छिद्र होते हैं, प्राकृतिक सवेष्टन (पैकेजिंग) का एक अपूर्व चमत्कार है। यह खोल, जिसे अण्ड-कवच कहा जाता है—एक विकसनशील चूबे के लिए सारी आवश्यक सामग्री से लैस होती है। योक (पीतक) में प्रोटीन, चर्बी, विटामिन, और अन्य सूक्ष्मातिसूक्ष्म तत्त्व विद्यमान होते हैं, श्वेतक (सफेद) भाग में एक अतरंग जलसंचय होता है (बिल्ट-इन रिजर्वॉयर), किन्तु ध्यान रहे कि प्रोटीन की पौष्टिक महत्ता उसमें स्थित एमिनोएसिड तथा उसकी सुपाच्यता से होती है।

सब जानते हैं कि हमें प्रोटीन, अवश्य चाहिये, और यह कि मांस और अण्डे प्रोटीन के सङ्घित (कन्सेन्ट्रेटेड) स्रोत हैं; किन्तु यह बहुत कम लोग जानते हैं कि इन प्रोटीन-स्रोतों को खाने की सिरारिश चूहों की पोषण-आवश्यकताओं से सबन्धित

खोजों की बुनियाद पर खड़ी हुई है। चूहों को जन्मोपरान्त मानव-शिशु की अपेक्षा दस गुना अधिक प्रोटीन की जरूरत होती है।

‘बायोटीन’ विटामिन-बी समुदाय का एक विटामिन है, जो अण्डे के योक (पीतक) में काफी बड़ी मात्रा में प्राप्त है, किन्तु अण्डे के श्वेतक (व्हाइट) में जो ‘एवीडीन’ नामक पदार्थ होता है वह बायोटीन को निष्क्रिय/निष्प्रभावी कर देने के लिए काफी है। जब अण्डा पकाया जाता है तब सिर्फ ‘बायोटीन’ ही शरीर को मिल पाता है।

अण्डे को तलने (फ्राइ करने) से उसमें कोलेस्टेरोल की मात्रा बढ़ जाती है और उसका माध्यम तैलाक्त हो जाता है। इसका मतलब यह हुआ कि शरीर के उपादान पदार्थ हमें तेल या चर्बी के माध्यम से लेने होते हैं। यह स्थिति जल-में-घुलनशील विटामिनो (यथा-विटामिन बी समुदाय) के लिए सर्वाधिक अप्राकृतिक है। इस तरह तेल या चर्बी के साथ शरीर में-से विटामिन अपचित निकल जाते हैं, क्योंकि उन्हें सनोषजनक रूप में प्राकृतिक पायसीकरण (इमल्सीकरण) नहीं मिलता है।

अण्डे का ऊष्मीय मूल्य अधिक है (१७३ केल), किन्तु एक उबले हुए अण्डे को पचाने के लिए हमारे शरीर को बहुत बड़ी संख्या में कैलोरियो (ऊष्माको) का उपयोग करना होता है, अतः नतीजा उतना लाभप्रद नहीं होता जितना एक अण्डा खाने वाला सोचता है। जैसा कि ज्यादातर अण्डे उबाले, या तले कर ही खाये जाते हैं, अतः पकाने या तलने की प्रक्रिया में विटामिन-१ (थायमिन) नष्ट हो जाता है, विटामिन बी-२ (रिबोफ्लाविन) भी २५% तक नष्ट हो जाता है, तथा विटामिन बी-१२ भी अक्षत बर्बाद हो जाता है।

प्रयोगों से पता चलता है कि अण्डे ८ डिग्री सेल्सियस के तापमान पर सड़ने लगते हैं। उक्त स्थिति भारत के अधिकांश भागों में बिना किसी रेफ्रिजरेशन के संभव नहीं है। जब अण्डे सड़ने लगते हैं तब पहली घटना यह होती है कि उसका जलीय भाग कवच (शेल) में-से भाग वन कर उड़ने लगता है—फिर रोगाणुओं का आक्रमण शुरू होता है जो कवच में अपनी पहुँच बना कर उसे पूरी तरह सड़ा देते हैं। □

अण्डे : स्वास्थ्य के लिए बेहद खतरनाक

आमतौर पर जो तथ्य सामने आये हैं, उनसे यह सिद्ध हुआ है कि अण्डे स्वास्थ्य के लिए बेहद खतरनाक हैं। इधर जो ताजा खोजें हुई हैं, उनसे मिले नतीजे इस प्रकार हैं -

कफ पैदा करते हैं

१ जर्मनी के प्रोफेसर एग्नरवर्ग का निष्कर्ष है 'अण्डा ५१ ८३ प्रतिशत कफ पैदा करता है। वह शरीर के पोषक तत्वों को असंतुलित कर देता है।'

विपावरोधी शक्ति का क्षय

२ बाल्यावस्था में अण्डे खाने से शरीर की विपावरोधी शक्ति पूरी तरह क्षीण या नष्ट हो जाती है। ऐसे बालक आगे चल कर साधारण-से-साधारण बीमारी का मुकाबला नहीं कर पाते। उनकी स्मरण-शक्ति कमजोर पड़ जाती है। उनके शरीर का स्वाभाविक विकास रुक पड़ जाता है। उन्हें पीलिया, वात, पथरी, रक्तचाप (ब्लड-प्रेसर), आँतों-में-मवाद जैसे भयंकर रोगों का शिकार होना पड़ता है। यूरिक एसिड-जैसे मारक जहर के पेट में जाने से पाचन-तन्त्र काफी शिथिल हो जाता है। उसमें सर्वाथ आ जाती है।

आँतें सड़ जाती हैं

३ अण्डे खाने से पेचिश तथा मदाग्नि-जैसी बीमारियाँ घर कर जाती हैं तथा वाद को आमाशय कमजोर पड़ जाता है और आँतें सड़ जाती हैं। यह कोरी कल्पना नहीं है वरन् इंग्लैंड के मशहूर चिकित्सक डॉ. रॉबर्ट ग्रास तथा प्रो. ओकाडा रेविडसन इरविंग का पुस्तकानुसार मत है।

मनुष्यों के लिए जहर

४ अमेरिका के डा. ई.वी. एमारी तथा इंग्लैंड के डॉ. इन्हा ने अपनी विश्व-विख्यात पुस्तक 'पोषण का नवीनतम ज्ञान' और 'रोगियों की प्रकृति' में साफ-साफ माना है कि 'अण्डा मनुष्य के लिए जहर है'। बम्बई-स्थित हाफकिन इस्टीट्यूट ने 'पोषण और तन्दुरुस्ती' नामक किताब में अण्डे खाने से होने वाले नुकसानों को प्रमाणित किया है।

हृदय-रोग, एक्सीमा, लकवा आदि

५ इंग्लैंड के डॉ. आर. जे. विलियम का निष्कर्ष है 'संभव है अण्डा खाने वाले शुरू में अधिक स्वस्थता और चुस्ती का अनुभव करें, किन्तु बाद में उन्हें हृदय-रोग, एक्सीमा, लकवा-जैसे भयानक रोगों का शिकार हो जाना पड़ता है'।

बौद्धिक और भावनात्मक क्षति

६ बहुत कम लोग इस तथ्य को जानते हैं कि अण्डे खाने से न सिर्फ शरीर की शक्ति क्षीण होती है वरन् गहन बौद्धिक और भावनात्मक क्षति भी होती है।

कैंसर की आशंका

७ मासाहार, जिसमें अण्डा भी शामिल है, से लाखों लोगों को कैंसर की असह्य पीड़ा सहनी होती है। स्पष्टतः अण्डा एक विज्ञापनी और व्यापारिक पदार्थ है, उसे किसी भी हालत में वर्दाशित नहीं किया जाना चाहिये।

अण्डा जहर ही जहर/सर्वह

३० % अण्डों में डी.डी.टी.

८ तीस प्रतिशत अण्डो मे डी डी टी होता है। पौल्ट्रीज को जिस तरह रखा जाता है उसमे-से/उस प्रक्रिया मे-से हो कर डी डी टी मुर्गी के पाचन-तन्त्र मे घुल-मिल जाता है। फ्लोरिडा (अमेरिका) के कृषि-विभाग की हेल्थ बुलेटिन ने इस तथ्य को प्रकट किया है। 'वर्ल्ड-हेल्थ' (अग-सित १९८३) के पृ ५ पर कहा गया है कि एटार्कटिका मे पैग्विनो की चर्बी मे डी डी टी पाया गया है। जब पैग्विनो मे यह प्रदूषण के जरिये पहुँच सकता है तब मुर्गियो मे तो पहुँच ही सकता है। यह भी अण्डा खाने वालो की सेहत पर बुरा असर डालता है।

कोलेस्टेरोल से नुकसान

९ एक अण्डे मे तकरीबन ४ ग्रेन कोलेस्टेरोल होता है, जिसे हाइ-ब्लड प्रेसर, किडनी की बीमारियाँ जैसे रोग पैदा हो जाते हैं। यह निष्कर्ष डॉ राँवर्ट ग्रास का है।

पेट सड़ जाता है

१० अण्डे मे कार्बोहाइड्रेट्स बिल्कुल नही होते, कैल्शियम की मात्रा भी न्यूनतम होती है फलस्वरूप पेट मे सड़ाँध पैदा हो जाती है। यह निष्कर्ष डॉ ई.वी. मेक्कालम का है।

मनुष्य चूहा नहीं है

११ सब जानते है कि हमे प्रोटीन चाहिये, और यह कि मांस और अण्डे प्रोटीन के सांद्रित (कंसंट्रेटेड) स्रोत हैं, किन्तु यह बहुत कम लोग जानते हैं कि प्रोटीन-स्रोतो को खाने की तमाम सिफारिशो चूहो की पोषण-जरूरतो से सबन्धित खोजो की बुनियाद पर खडी हुई हैं। चूहो को जन्म-के-बाद मानव-शिशु की अपेक्षा दस गुना अधिक प्रोटीन की जरूरत होती है।

इसके अलावा मुर्गियाँ खुद कई असाध्य रोगो की शिकार होती हैं, जिनके इलाज पर पौल्ट्रीफार्मों को अनाप-सनाप धनराशि खर्च करनी होती है। ये बीमारियाँ या तो मुर्गियो को थोक मे मौत के घाट उतार देती है या फिर खाने वाले के पेट मे दाखिल हो जाती हैं और उसके जीवन को जीवित नर्क बना देती है।

क्षय, सग्रहणी, पीलिया, कैसर, दमा ऐसी बीमारियाँ हैं, जो अण्डे खाने से होती हैं। इन बीमारियो की एक बृहत् सूची ए सी कैम्पबेल रोजर्स ने अपनी किताब 'प्रोफिटेबल पौल्ट्री कीपिंग इन इंडिया' के अध्याय २२, पृ २१४-२३४ मे विस्तार से दी है। इस पुस्तक के पृ २१५ पर साफ-साफ लिखा है कि मुर्गियो को खाने मे ताज़ा कीड़े, कंचुए, ताज़ा मास और ग्रीन बोन देना जरूरी होता है ताकि वे अच्छे अण्डे दें (*The most important item in their diet is a sufficiency of protein food either in the forms of fresh worm and insects or fresh lean meat and green bone, for without this important item of food your hens will neither lay nor keep in sound health*)। इतने पर भी माना जाए कि अण्डे फलाहार या शाकाहार है? □

अठारह/अण्डा ज़हर ही ज़हर



कितने ज़ुल्म ढाये जाते हैं इन मासूम चूजों पर

हम
या तो नकल करते हैं या फिर जो कुछ
विदेशों में खारिज हो जाता है
उसे तत्परता से अपना लेते हैं। मांसाहार
को ले कर भी वही हो रहा है।
विदेशों में इस पर तरह-तरह
की खोजें हो रही हैं, और लोग इसकी
व्यर्थताओं और खराबियों को जान कर
इसे छोड़ रहे हैं, और हम हैं कि सदियों
से इस तथ्य को जान कर भी कि यह
तामसिक है, इसे अपना रहे हैं।
न्यूयॉर्क (अमेरिका) सिटी यूनिवर्सिटी के
वैज्ञानिकों के एक दल ने मुर्गी और अण्डे में
विकासोन्मुख चूजे की मवेदनशीलता का
गहरा अध्ययन किया है।
इस दल ने पता लगाया है कि चूजे के अण्डे
में बाहर आने के अडतालीस घंटों तक
उमका और मुर्गी का जीवन संपर्क
रहता है। मुर्गी की कुकड़ू-कूं (क्लक्म)
और अंडे के भीतर
पनप रहे चूजे की ची-ची (पीप) के बीच
एक मवाद-प्रणाली बनी रहती है।

वैज्ञानिकों ने ऐसे ११ सकेतो की पहचान
की है जिनके द्वारा मुर्गी का भ्रूणस्थ
चूजे से
सवाद बना रहता है और दोनों एक-
दूसरे को प्रभावित करते हैं।
इन खोजों में यन्त्र द्वारा कृत्रिम रूप में
सेये जाने वाले अडो, तथा मुर्गी द्वारा
सेये जाने वाले अडो-दोनों का गहन
अध्ययन किया गया है।

प्राप्त निष्कर्षों ने कृत्रिम साधनों से
सर्वद्वित, तथा मुर्गी द्वारा सहज रूप में
सेये जाने वाले चूजे को ले कर कई
जटिल सवाल खड़े कर दिये हैं।
किन्तु इससे क्या? मनुष्य को विज्ञान ने
हिंसक साधनों से इस तरह लैस
कर दिया है कि वह अपने इर्दगिर्द के
वातावरण को तो उजाड़ने ही लगा है,
माथ ही वह अपने साथ रहने-बसने
वाले जीव-जन्तुओं पर भी भारी/
दुस्सह/लोमहर्षक अत्याचारों को करने
लगा है।

त्रिम/अण्डा जहर ही जहर

'ब्रांडल' अंग्रेजी का शब्द है, जिसके
 मानने हैं आंच पर सीधे किसी वस्तु को
 भूना/उसका भुरता बनाना ।
 'ब्रांडलर' उन नर-चूजे के लिए प्रयुक्त
 शब्द है जो ६ से ८ हफ्तों के होते हैं
 और जिनका भुर्ता बना कर बेचा
 जाता है ।

ब्रांडलर उद्योग

(इंडस्ट्री) विदेशों में तो काफी पनपा है,

किन्तु अब बदकिस्मती से यह वहाँ में
 चल कर हमारे यहाँ भी जमने लगा है
 ल्याल रहे कि इस उद्योग में
 सिर्फ नर-चूजे ही काम में आते हैं ।
 मादा चूजे या तो फेंक दिये जाते हैं,
 या कुचल दिये जाते हैं, या वेदोश कर
 दिये जाते हैं, या फिर उन्हें गन्ना घोट
 कर मार डाला जाता है ।

एक ब्रांडलर शेड में १०,०००

तक चूजे एक साथ रखे जाते हैं ।

पूरा कर्म वेहद लोमहर्षक और क्रूर
 होता है ।

शेड में चूजों की जो दुर्दशा होती है

उसकी आप/हम कल्पना भी नहीं
 कर सकते ।

इन शेड्स/छप्परो में काम करने वाले
 लोग दिन में एक बार सिर्फ इसलिए
 दाखिल होते हैं ताकि वे मुर्दा पक्षियों/
 चूजों को बाहर फेंक सकें ।

शेड में चूजे इस कदर ठसाठस भरे
 होते हैं कि वे हिल-डुल भी नहीं सकते ।

उन्हे घनघोर अंधेरे में रखा जाता है ।

उनकी जान पर इतना भारी जवाब

रहता है कि ८-६ हफ्तों के कई चूजे

दिन-के-दारे में सामं तोड़ देते हैं ।

जो इस्पेक्टर एन ग्रेडम का निरीक्षण
 करने आते हैं

वे वर्ष में लगभग १ लाख ८० हजार

इन पील्ट्री मांस खारिज कर जाते हैं ।

निरीक्षण में पता चला है कि आज

१००० में अधिक दवाइयों और इतने

ही रमायन (कैमिक्लस) पील्ट्री फार्मों

और पशु-उत्पादकों द्वारा काम में

लाये जाते हैं ।

(हमारे देश में भी अब यह दौर शुरू हो
 गया है)

इन दवाइयों और रसायनों के जो

खतरनाक अवशेष पशु-उत्पाद अंडे/
 मांस आदि में



थण्डा जहर ही जहर/इक्कीस

प्रवेश करते हैं अन्ततः व एक माँसा-हारी को तरह-तरह की असाध्य बीमारियों का शिकार बना देते हैं। अंडज-उत्पत्तिशालाओ (हैचरीज) में जहाँ अंडजो (एग-बर्ड्स) का बड़े पैमाने पर उत्पादन होता है, नर-चूजो को प्लास्टिक की थैलियों में दम घोट कर मार डाला जाता है और उनके मुर्दा शरीरो को रोओ (फर) के लिए पाले जाने वाले पशुओ के लिए जो खुराक बनायी जाती है उसकी खाद के रूप में काम में लाया जाता है। अंडे सेने वाली मुर्गी जितनी जगह में रहती है,

वह बेहद तग होती है, कहे, वहाँ वह रहती नहीं है वरन् उसे जबरन ठूस दिया जाता है।

उसे पानी और खुराक तक पहुँचने के लिए ज़िन्दगी और मौत के हडकम्प से गुज़रना पडता है।

वह वहाँ तक कई मुर्गियों से जूझ कर उन्हें लाँघ कर ही अपनी पहुँच बना पाती है।

वैसे एक चूजे की स्वाभाविक उम्र बारह साल होती है। 'ब्राँडलर' को आठ हफ्तो का होते, न होते मार डाला जाता है।

अण्डे सेने वाली मुर्गियाँ १८ से २४ महीनो में मार डाली जाती है। तब तक वे वैसे भी अकाल-वृद्ध हो जाती हैं, क्योंकि उनके चयापचय तन्त्र (मेटाबॉलिज्म) को अधिक अण्डे पाने की लोभ-लिप्सा में

कृत्रिम उत्तेजनो द्वारा कमजोर कर दिया जाता है।

इस अनावश्यक/अप्रत्याशित तनाव के कारण उसका शरीर टूट जाता है। वह असमय बुढ़ा जाती है। इन हैचरियों में २० प्रतिशत मृत्यु-दर सामान्य समझिये। अधिकांश मौतें कैसर और पुराने दमे के कारण ही होती हैं।

ध्यान रहे जितनी देर में आप यह पृष्ठ पढ रहे हैं, उतनी देर में ५,००० चूजो के प्राण लिये जा चुके हैं। मनुष्य ने व्यापार और जायके के लिए जिस तरह अपनी इस धरती को उजाडना शुरू किया है, उसके क्या नतीजे होंगे, हम नहीं जानते, किन्तु यह निश्चित है कि इस धरती पर ऐसा कोई जीव-जन्तु या पेड-पौधा नहीं है

जिसकी अपनी कोई स्वाभाविक भूमिका अथवा महत्ता न हो, किन्तु यह मनुष्य है, जिसके दाँतो की बनावट शाकाहार के लिए है और जो अण्डो की खेती, कँचुओ की खेती, और मछलियों की खेती द्वारा प्रकृति के सहज सतुलन को चुनौती दे रहा है।

आज दुनिया में जो भी भौतिक या भावनात्मक असतुलन और सत्रास है वह सब मनुष्य की बेरहमी, नृशंसा, और संवेदन-शून्यता का कुफल है, दुष्परिणाम है।

—'पेटान्यूज' वाशिंगटन, वाँ. १ अक ८, पृष्ठ ४-८ पर आधारित।

अण्डा : कितना ज़हर ?

प्रणवेन्द्र शर्मन

अण्डा-उत्पादन में भारत का विश्व में छठवाँ स्थान है। देश में प्रतिवर्ष चौदह बिलियन अण्डों का उत्पादन होता है। अण्डा-उत्पादन में देश की इस 'पिछड़ी हुई स्थिति' से सरकार अत्यधिक चिन्तित है। सरकार की योजनानुसार एक वर्ष में प्रति व्यक्ति सौ अण्डे प्राप्त होने का लक्ष्य है, किन्तु अभी प्रतिवर्ष प्रतिव्यक्ति उत्पादन १७ अण्डे है।

उपर्युक्त जानकारी उस पुस्तिका से प्राप्त होती है, जिसका विमोचन २३ अप्रैल, १९६६ को केन्द्रीय कृषि राज्य मंत्री श्री यांगेन्द्र मकवाना ने नयी दिल्ली में किया। श्री मकवाना ने अण्डों के उत्पादन में देश की पिछड़ी हुई स्थिति पर चिन्ता व्यक्त करते हुए प्रशिक्षण भी व्यक्त की कि पिछले दशक में उम्र व्यवसाय में 'अभूतपूर्व प्रगति' हुई है।

सरकार की दृष्टि में यह नीति देशवासियों को सस्ता और पोषिक आहार पहुँचाने के उद्देश्य से प्रेरित है, क्योंकि सरकार अण्डों को पोषिक समझने के साथ-साथ सस्ता भी समझती है। इसी समारोह में दिल्ली मुर्गीपालन एसोसिएशन के अध्यक्ष श्री अमरनाथ जुनेजा यह कह रहे थे कि मुर्गी के दाने की कीमतों में गत एक वर्ष में ही एक हजार रुपए प्रति टन की वृद्धि हो गयी है। उनका कहना था कि दानों का भारी मात्रा में आयात किया जाना चाहिये, तभी मुर्गी-पालन व्यवसाय को स्थायित्व प्राप्त होगा।

इस प्रकार पूरी स्थिति सामने होने पर यह विचार करना आवश्यक हो जाता है कि पोषिक अण्डा है या वह दाना, जो कि मुर्गियाँ आहार-स्वरूप ग्रहण करती हैं? जितना पोषिक अण्डा प्राप्त करना हो, उतना ही पोषिक और सतुलित मात्रा में मुर्गियों को दाना देना होगा। इसके विपरीत खाद्यों के साथ ऐसा नहीं है। शाकाहारी खाद्य उत्पादन करने में प्रकृति-सुलभ साधनों की ही आवश्यकता होती है। उसके लिए किसी प्रकार के आयात की आवश्यकता नहीं है। अण्डा प्राप्त करने के लिए मुर्गियों को जो दाना दिया जाता है, वह अन्न से तैयार किया जाता है। अन्न स्वयं अपने-आपमें एक सम्पूर्ण आहार ही नहीं, अपितु मनुष्य के जन्म-से-मृत्यु-तक मुख्य आहार के रूप में प्रयुक्त होता है। वे शाकाहारी खाद्य जो कि मनुष्य सरलता से प्राप्त कर रहा है और जो दैनिक जीवन में भोजन के रूप में सर्वत्र प्रयुक्त होते हैं, हर प्रकार से तुलना करने पर पोषिकता में अण्डे से अत्यधिक श्रेष्ठ तो हैं ही, उनके मूल्य भी अण्डे की तुलना में आधा या उससे भी कम हैं। यह निष्कर्ष भी भारत सरकार द्वारा प्रकाशित 'हेल्थ बुलेटिन नं. २३' से प्राप्त होता है कि अण्डे और शाकाहारी खाद्यों की पोषिकता एवं मूल्य में कितना अन्तर है।

तथ्यों से यह स्पष्ट है कि अण्डों की तुलना में शाकाहारी पदार्थ बहुत सस्ते हैं, इस प्रामाणिक जानकारी के सरकार के पास होने पर भी सरकार अपनी अकल पर पर्दा डाले हुए है। आज जब हम अण्डों के भक्त बने जा रहे हैं, तब पश्चिमी देशों में अण्डों के हानिकारक परिणामों पर नये-नये अनुसंधान हो रहे हैं। अण्डे खाने वाले नहीं जानते कि उन्हें इनके सेवन के क्या परिणाम भोगना पड़ सकते हैं।

अण्डा ज़हर ही ज़हर/तेईस

डॉ. कैथेराइन निम्मो (कैलीफोर्निया) के अनुसार, यदि वटिया अण्डे भी मिलें तो भी उनके बिना ही हम स्वस्थ रहेंगे, क्योंकि उन अण्डो में भी कोलेस्टेरोल की मात्रा इतनी अधिक होती है कि जिसके कारण दिल की बीमारी, हार्टब्लड प्रेशर, गुरदे की बीमारी, पित्ताशय में पथरी आदि रोग हो जाते हैं, जबकि फलो, सब्जियों और वनस्पति तेलों में कोलेस्टेरोल नहीं होता। डॉ. जे एम बिल्कन्ज (इंग्लैण्ड) के अनुसार अण्डे की जरदी में प्रचुर कोलेस्टेरोल तत्त्व होता है, जो एक चिकना अल्कोहल है। यह जिगर में जा कर जमा होता है और फिर धमनियों में जस्म और कड़ापन पैदा करता है।

डॉ. राबर्ट ग्रास (इंग्लैण्ड) के अनुसार अण्डे की सफेदी अण्डे का सर्वाधिक खतरनाक भाग है। जिन जानवरों को अण्डे की सफेदी खिलायी गयी उन्हें लकवा मार गया और उनकी चमड़ी सूख गयी।

डॉ. आर विलियम्स (इंग्लैण्ड) के अनुसार अण्डे की सफेदी में एवीडिन नामक तत्त्व होता है, जो एगिज्मा उत्पन्न करता है।

डॉ. राबर्ट ग्रास (इंग्लैण्ड) के अनुसार मुर्गी के बच्चों में बहुत-सी बीमारियाँ होती हैं। अण्डे उन बीमारियों को, विशेषतया पेचिश के कीटाणुओं को, अपने साथ लाते हैं और इन्हें खाने वालों में पैदा करते हैं।

इस प्रकार प्रसिद्ध वैज्ञानिकों एवं चिकित्सकों के परीक्षणों से यही निष्कर्ष निबलता है कि अण्डे खाना स्वास्थ्य के लिए अत्यन्त हानिकारक है। अण्डों से शरीर को पौष्टिक तत्त्व जिस मात्रा में प्राप्त होते हैं, उसकी तुलना में रोग अधिक मिलते हैं, जिनका परिणाम दुःखद और भयकर होता है।

शाकाहारी खाद्य शरीर को निरोग और स्वस्थ बनाते हैं। सोयाबीन, मूँग, उड़द, चने आदि अकुरित करके खाने पर जितनी कैलोरियाँ शरीर को मिलती हैं, वे अण्डों की तुलना में कम-से-कम दस गुना अधिक हैं।

आज रेडियो-टेलीविजन आदि प्रचार के सभी सशक्त माध्यम अण्डों का धुआँधार विज्ञापन कर रहे हैं। क्या कभी प्रकृति द्वारा प्रदत्त किसी शाकाहारी खाद्य का विज्ञापन भी सरकारी माध्यमों द्वारा हुआ है? प्रकृति ने जो भोजन मनुष्य के लिए निर्धारित किया है, वह मनुष्य स्वतः ही खायेगा, उसके लिए किसी विज्ञापन की आवश्यकता नहीं है।

सरकार भारत को गरीब मुल्क मानती है। जिस देश की निर्धन जनता को दो समय की दाल-रोटी नहीं मिलती, उस जनता को कामुकता और विकारपूर्ण महँगे अण्डे खिलाने की योजना कितनी मूर्खतापूर्ण है! अतः हमें अण्डा उत्पादक देशों की होड में शामिल न हो कर दूध, मक्खन, पनीर, दाल, शाक, फल और मेवों के प्रचुर उत्पादन की योजनाएँ बनानी चाहिये। □

क्या अण्डा अहिंसक है ?

डॉ. इन्दिराकुमार

इन्दिराकुमार ने प्रकाशित मुर्गीय मसिक उत्पादन के अक्टूबर १९८३ इ.स. में उक्त मसिक मेहनत का 'सौन्दर्य' गाढ़े धनी श्रुति' संपर्क लेख बहुत मूल्य का है। इन्ने इन्होंने रोजमर्रा के जीवन में काम आने वाले उन बहुतसे मसिक-प्रमाणाओं के बारे में लिखा है, जिनमें बहुतसे जीवों (पेंसेट्रिय जीव) की हिंसा होती है। यदि कोई व्यक्ति अपने जीवन को विभिन्न (इन कारित, अनुमोदित) हिंसाओं से मुक्त करना चाहता है तो उसे सादा-से-सादा जीवन-भाषन करना चाहिये। इसी लेख में 'कान-ने-प्राण अण्डों का भी प्रामाणिक लेखा-लेख पस्तुत किया गया है।

अण्डे दो प्रकार के होते हैं एक वे, जिनमें बच्चे निकल सकते हैं, तथा दूसरे वे, जिनमें बच्चे नहीं निकलते। दूसरे प्रकार के अण्डों को 'कुडक-अण्डा' भी कहते हैं। मुर्गी यदि मुर्गी के समर्थ में न आये तो भी वह जवानी में अण्डे दे सकती है। इन अण्डों की स्त्री के रज स्राव से तुलना की जा सकती है। जिस प्रकार स्त्री में रजोवर्धन (मासिक धर्म) होता है, उसी तरह मुर्गी के भी यह धर्म अण्डों के रूप में होता है, अतः यह अण्डा मुर्गी की आन्तरिक गन्दगी (मैल) का ही परिणाम है। आजकल इन्हीं अण्डों को अहिंसक, शाकाहारी, वेज आदि कई भ्रामक नामों से पुकारा जाता है। इस प्रकार के अण्डे पाने के लिए देश में हजारों-हजार 'उत्पादन-केन्द्र' स्थापित किये गये हैं। सरकार भी इस कार्य को प्रोत्साहित करती है तथा इसके लिए धन उपलब्ध कराती है। विभिन्न उत्पादन-केन्द्रों (फार्मों) में इन अण्डों के उत्पादन की जो प्रक्रिया है, यहाँ उसी का वर्णन हम कर रहे हैं।

प्रथम मुर्गी का बच्चा जैसे ही अण्डे से बाहर निकलता है, नर तथा मादा बच्चों को अलग-अलग कर लिया जाता है। इस प्रकार अलग किये गये मादा बच्चों को एक खास प्रकार की खुराक दी जाती है, ताकि ये शीघ्र जवान हो जाएँ। इन्हें बल के प्रकाश में चौबीसों घण्टे रखा जाता है, जिससे ये सो न पायें तथा रात-दिन घाते ही रहें। इस तरह इन्हें बहुत कम आराम मिल पाता है। जैसे ही मुर्गी अण्डा देने लायक हो जाती है, या यूँ कहें कि जैसे ही वह रज स्राव करने लगती है, उसे जमीन के बदले तग पिंजरो में रख दिया जाता है। एक पिंजरे में कई-कई मुर्गियाँ रखी जाती हैं। यहाँ इन्हें इतनी कम जगह मिलती है कि ये पख भी नहीं

अण्डा अण्डा ही अण्डा/पञ्चीस

फडफडा सकती। तग जगह मे रहने से वे गुस्सा करती रहती हैं तथा आपस मे हँ चोचे मारती रहती हैं। कभी-कभी इन्हे गहरे घाव भी हो जाते हैं और वे मर भी जाती हैं। इनकी चोचो मे छेद पड जाते हैं। जब मुर्गियाँ अपनी चोचे पिजरे की जाल से बाहर निकालती हैं, तब चोचे उसमे फँस जाती है। इससे उन्हें बहुत कष्ट होता है।

जमीन के बदले मुर्गी को जाली (पिजरे) मे रखने का मुख्य कारण यह है कि अण्डा जाली मे-से किनारे पड कर अलग हो जाता है। मुर्गी की प्राकृतिक भावना इन अण्डो को सेने की होती है। ऐसा करने देने से उन्हें अगला धर्म-स्राव देर से होता है, यानी अण्डा देर से पैदा होता है, किन्तु यदि वह अण्डा नहीं सेती हैं तो वह अगला अण्डा जल्दी देती हैं, अत अधिक अण्डे पाने-की-लालसा से मुर्गी को अण्डे सेने का मौका नहीं दिया जाता। इस प्रकार मुर्गी जिदगी-भर पिजरे मे कैद रहती है। वह उस तग पिजरे मे जरा भी चल-फिर नहीं सकती है, परिणाम-स्वरूप उसकी टाँगो मे दर्द बना रहता है तथा कई बार वे बेकार हो जाती है। प्राकृतिक रूप से मुर्गी जितने अण्डे (धर्म-स्राव) देती है, उससे अधिक अण्डे पाने के उद्देश्य से उसे खास किस्म का आहार दिया जाता है, जिसमे सामान्यतः पिसी हुई सूखी मछलियाँ, सगमरमर/खडिया के छोटे-छोटे टुकडे तथा खराब किस्म की घुन वाली मकई (मक्का) आदि होती हैं। जब मुर्गी कम अण्डे देने लगती है, तब उसकी उपयोगिता भी घट जाती है तथा उसे कत्लखाने मे भेज दिया जाता है। इस प्रकार क्रूरतापूर्ण तरीके से मुर्गियो को विभिन्न यन्त्रणाएँ देने के बाद जो अण्डे प्राप्त होते हैं, उन्हें भला अहिंसक कैसे कहा जा सकता है? जिन्हें पाने के लिए मुर्गियो को जबरन मछलियाँ खिलायी जाती हैं, वे अण्डे शाकाहार कैसे हो सकते है? जो लोग इन अण्डो को अहिंसक, या शाकाहारी कहते हैं वे आम जनता को तो भ्रमित करते ही हैं, स्वय को भी धोखा देते है। □

सावधान !

पिछले दस वर्षों मे देखते-ही-देखते उत्तर-पूर्वी अमरीका मे अतिसार (डायरिया) पेट-की-एँठन, बुखार, जी मिचलना, और उल्टियो-से-प्रस्त रोगियों की संख्यां में सात गुना वृद्धि हुई है। समझा जाता है कि इस आकस्मिक वृद्धि का कारण 'सेलमोनेसा एन्टेरिटाइडिस' नामक जीवाणु है, जो मुर्गियो की अतड़ियों को एक खूबसूरत गेस्ट हाउस समझ कर फलता-फूलता रहता है। यह जीवाणु मुर्गियों के अण्डाशय को छुतहा बना कर, संक्रमित करके सीधा 'एग येलो' (योक) मे पहुँच जाता है। □

शाकाहारी पदार्थों की पौष्टिकता अण्डे से अधिक

रवीन्द्र कुमार जैन

हमारा देश खाद्यान्न के मामले में पूर्ण तन्त्र आत्मनिर्भर है, जत अण्डा के जलादन और खपत की कोई जरूरत नहीं है। वैज्ञानिकों ने यह साबित किया है कि बड़े मांसाहार हैं, क्योंकि भुगियों को गोजन में ताजा कीड़े, तेन्गु तथा ग्रीनबोन दिया जाता है। निपेचित और अनिपेचित दोनों प्रकार के अण्डे जीवगुत होते हैं। क्या इन्हे पर भी न माना जाए कि अण्डे मांसाहार हैं? स्पष्ट तथ्यात्मक जानकारी के अभाव में यह भ्रान्ति फैलायी जा रही है कि अण्डा मनुजित आहार है, वान्त्र में अण्डे स्वास्थ्य के लिए बहुत पातक हैं; यह तथ्य निम्नलिखित वैज्ञानिक निष्कर्षों में स्पष्ट है—

(१) अण्डे में २६० से ३०० मिनीग्राम कोलेस्टेरोल की मात्रा रहती है, जिससे उच्च रक्तचाप, किडनी की बीमारी होती है। यदि इसे 'फ्राइ' कर लिया जाए तो कोलेस्टेरोल की मात्रा बढ़ जाती है, जिससे अतिरिक्त, हृदयाघात, एथिरो, काठिन्य जैसे रोगों की आशंका बढ़ जाती है।

(२) बच्चों में अण्डों के अधिक सेवन से शरीर में रोग प्रतिरोधक क्षमता घटती है। उनका स्वाभाविक विकास रुक-सा जाता है। उनकी स्मरण और भावात्मक शक्ति क्षीण हो जाती है। उन्हें पीनिया, यात, पथरी, रक्तचाप, आँतों में मवाद जैसे रोग हो सकते हैं।

(३) अण्डा कफ पैदा करता है, जो शरीर के पोषक तत्वों को असंतुलित कर देता है।

(४) अण्डा खाने से कैंसर, हृदयरोग, एक्सीमा, लकवा, पेचिश, मदाग्नि, मय, सग्रहणी जैसे भयानक रोगों का शिकार हो जाना पड़ता है। ये निष्कर्ष प्रो एमरवर, डॉ विलियम, और डॉ मेककालाम के हैं।

प्रोफिटैबल पोल्ट्री कीपिंग इन इंडिया (ए सी केम्पवेल), पोषण और तदुत्पत्ती (हेफकिन इस्टीट्यूट), पोषण का नवीनतम ज्ञान (डॉ एमारी तथा डॉ इन्हा) नामक किताबों में अण्डे खाने से होने वाले नुकसानों को प्रमाणित किया गया है।

सलगन तालिका से अण्डे की पौष्टिकता कितनी है, यह स्पष्ट है।

अण्डे, हरा चना, सोयाबीन, मूँगफली के पौष्टिक तत्वों की तुलना

| पौष्टिक तत्व प्रतिशत | अण्डा | हरा चना | सोयाबीन | मूँगफली |
|----------------------|-------|---------|---------|---------|
| प्रोटीन | १३ ३ | २४ | ४३ २ | ३१ ५ |
| वसा | १३ ३ | १ ३ | १९ ५ | ३९ ८ |
| कार्बोहाइड्रेट | ० ० | ५६ ६ | २२ ९ | १९ ३ |
| खनिज | १ ० | ३ ६ | ४ ६ | २ ०३ |
| ऊर्जा (कैलोरी) | १७३ | ३३४ | ४३२ | ५४९ |

अण्डा जहर ही जहर/सत्ताईस

अण्डा यानी हृदय-रोग को सीधा निमन्त्रण

अरविन्द जैन

वर्षों से चली आ रही यह धारणा कि बच्चों को अण्डे खाने से नुकसान नहीं होता, वैज्ञानिक माइकल ब्राउन तथा गोल्डस्टीन की खोजों से गलत निकली। भले ही ऐसे बच्चे ऊपर से हृष्ट-पुष्ट दिखायी दें, परन्तु अंदर से हृदय-रोग ग्रस्त हो जाते हैं।

वैज्ञानिकों के अनुसार मानव-शरीर में कोलेस्टेरोल नामक एक तत्त्व होता है। यह तत्त्व वनस्पतियों में नहीं के बराबर होता है, पर मांस तथा जानवरों से प्राप्त वसा में प्रचुर मात्रा में होता है। इस मान से शरीर में कोशिका-झिल्ली तथा हारमोन्स बनते हैं। यह तत्त्व शरीर के लिए आवश्यक भी है। अगर यह कोलेस्टेरोल रक्तवाहिनी में जमना शुरू हो जाता है तो रक्त-प्रवाह में बाधा डालता है। धीरे-धीरे जमते-जमते यह इतना अधिक हो जाता है कि रक्त-प्रवाह रुक जाता है और हृदय काम करना बंद कर देता है।

नयी खोज के अनुसार रक्त में पाये जाने वाला पदार्थ 'लोडेसिटी-लिपो प्रोटीन' या एल डी एल है, जो कोलेस्टेरोल को रक्त में अपने साथ प्रवाहित करता है। शरीर में जिगर तथा अन्य भागों के सेलों में एक पदार्थ है, जिसे 'रिसेप्टर' कहते हैं। वह एल डी एल तथा कोलेस्टेरोल को रक्त में विलीन कर लेता है। इसके परिणामस्वरूप रक्त-प्रवाह में कोई बाधा नहीं आती है। इन वैज्ञानिकों के अनुसार, जो व्यक्ति मासाहार तथा अण्डे खाते हैं, उनके शरीर में रिसेप्टरों की संख्या में कमी हो जाती है, अतः रक्त में कोलेस्टेरोल की मात्रा अधिक हो जाती है।

कोलेस्टेरोल अण्डों में सबसे अधिक मात्रा में पाया जाता है, जिसके परिणामस्वरूप चर्म रोग भी हो जाते हैं। अण्डों से कुछ लोगों को एलर्जी भी होती है। कुछ दिन पूर्व इंडियन कौंसिल ऑफ एग्रीकल्चरल रिसर्च द्वारा किये गये सर्वेक्षण से पता चला कि फल, सब्जियों, अण्डे तथा मांस में डी डी टी के अणु पाये गये। अण्डों में डी डी टी का अणु अधिक मात्रा में होता है, क्योंकि पौल्ट्री फार्मों में मृगियों को महामारी से बचाने के लिए डी डी टी आदि दवाइयों का खूब धड़ल्ले से इस्तेमाल होता है, परिणामस्वरूप अण्डे खाने वाले लोगों के पेट में इन दवाइयों के अणु आ जाते हैं।

अब तक अण्डों को सुपाच्य समझा जाता था, क्योंकि यह प्रयोग जानवरों पर किये जाते थे। कुछ वैज्ञानिकों ने अब इनका प्रयोग मनुष्यों पर किया, तब पाया गया कि ये सुपाच्य नहीं हैं। वैसे भी अण्डे के छिलके पर लगभग १५००० सूक्ष्म छिद्र होते हैं। इनके द्वारा कई जीवाणु अण्डों में प्रवेश कर जाते हैं जो उसे दूषित कर देते हैं। वैसे भी अण्डे आठ डिग्री सेल्सियस के तापमान पर खराब होने शुरू हो जाते हैं। आजकल विदेशों में भी अण्डे न खाने की राय दी जा रही है। □



अण्डा
५ प्रतिशत फायदा
९५ प्रतिशत नुकसान

बम्बई के सुप्रसिद्ध डॉक्टर श्री वसंत जाई ने स्वास्थ्य की दृष्टि से अण्डे का बड़ा मुल्यमा हुआ मूल्यांकन किया है।

डॉ जाई गत ३० वर्षों से डायटोलॉजिस्ट (आहार-विशेषज्ञ) एवं न्यूट्रिनिस्ट (पोषक तत्त्व-विशेषज्ञ) की हैसियत से हाफकिन इस्टीट्यूट तथा हरकिसनदास अस्पताल में सेवारत रहे हैं।

उनका स्पष्ट मत है कि यदि अण्डे से ५ प्रतिशत फायदे हैं तो उससे ९५ प्रतिशत नुकसान भी हैं। अण्डे का प्रचार करने वाले प्रायः उसमें उपलब्ध प्रोटीन का गुणगान करते हैं। उनसे कहो कि अण्डे की तुलना खट्टे-मीठे फलों से करें और फिर बतायें कि उसमें विटामिन 'सी' कितना है? ध्यान रहे १०० मिलीग्राम विटामिन 'सी' प्राप्त करने के लिए सिर्फ एक पाव सतरा या टमाटर चाहिये, जबकि इतना ही विटामिन 'सी' पाने के लिए १० किलोग्राम यानी २०० अण्डे खाने पड़ेंगे।

३ एव जानकारी 'चित्रलेखा' (गुजराती) २ मई ८८ से।

अण्डा चहर ही चहर/उनतीस

तो हम अण्डे खायें ?

शोभन

बडौदा से प्रकाशित गुजराती पाक्षिक 'भूमिपुत्र' के १६ अप्रैल, '८७ के अण्डों के बारे में श्री शोभन ने जो अध्ययन-पूर्ण जानकारी दी है, वह विशेष रूप से मननीय है। अण्डों को अपने आहार का अंग बना कर मनुष्य अपने शरीर को तरह-तरह के रोगों का अड्डा क्यों बनने दे ? हमें विश्वास है कि श्री शोभन द्वारा दी गयी इस जानकारी के बाद कोई भी विवेकवान् और विचारशील व्यक्ति अण्डों को अपने आहार में स्थान देना पसन्द नहीं करेगा।

महाविद्यालय के एक विद्यार्थी पिछले दिनों उपचार के लिए आये। छह महीने पहले जब वे आये थे तो उनका चेहरा कमल-के-फूल की तरह खिला हुआ था लेकिन पिछले छह महीनों में वे इतने बदनसूरत बन चुके थे कि उनके चेहरे की तरफ देखने की इच्छा ही नहीं होती थी। वे उग्र रूप से मुँहासों की अर्थात् मुखदूषिका व वीमारी से पीड़ित थे। पूछने पर पता चला कि छात्रावास में रहते समय अपमिश्रणों की नकल करते हुए उन्होंने भी रोज़ दूध के साथ अण्डे खाने का उचित सिलसिला शुरू किया, उसी की वजह से उन्हें यह वीमारी हुई है।

आज यह स्थिति महाविद्यालय के इस एक ही छात्र की नहीं है, हमारा महाविद्यालय में पढ़ने वाले हजारों छात्र अपने माता-पिता की गाढी कमाई को, जिसे माता-पिता अपना पेट काट कर अपनी सन्तान के लिए भेजते हैं, अण्डों, मांस, पाँच तम्बाकू, बीडी, नशीली दवाइयों, शराब, सिनेमा आदि पर खर्च करते रहते हैं, और इसके कारण वे कई तरह की वीमारियों के शिकार बनते हैं। अण्डों में विषय-वासन को उत्तेजित करने की शक्ति रहती है, इसलिए अण्डों आदि का सेवन करने वाले नौजवान समय से पहले ही विषय-सेवन के दुष्ट चक्र में फँस कर स्वप्न-दोष, हस्तमैथुन, व्यभिचार आदि की बुराइयों में फँस जाते हैं।

तीस/अण्डा • ज़हर ही ज़हर

सारी दुनिया में चिकित्सा-विज्ञान के और आहार-शास्त्र के क्षेत्र में जो खोज वैज्ञानिकों द्वारा की जा रही है, उसके फलस्वरूप यह बात अधिकाधिक स्पष्ट होती जा रही है कि अण्डों में शरीर की शक्ति बढ़ाने के बदले रोग बढ़ाते रहने की समता अधिक है। हृदयरोग, उच्च रक्तचाप, गुरदे की बीमारियाँ और पथरी-जैसी बीमारियों के लिए कारण-रूप 'कोलेस्टेरॉल' नामक तत्त्व एक अण्डे में चार गुने होता है।

अमेरिका में फ्लोरिडा के कृषि-विभाग ने डेढ़ साल की खोज-वीन के बाद प्रकट किया था कि तीस फीसदी अण्डों में डी डी टी के तत्त्व पाये जाते हैं, जो बहुत ही खतरनाक होते हैं। डॉक्टर ई व्ही मैककालम कहते हैं कि अण्डों में कार्बो-हाइड्रेट्स बिलकुल न होने और कैल्शियम भी कम होने के कारण पेट में सड़ांध पैदा होती है। अण्डों में टी बी और सप्रहणी की बीमारी विशेष मात्रा में रहती है, इसलिए अण्डों का सेवन करने वालों को भी ये बीमारियाँ होती रहती हैं। आयुर्वेद में कहा गया है कि दूध के साथ मांस या अण्डे खाने से वह एक परस्पर-विरोधी आहार का रूप ले लेता है। ऐसे आहार के फलस्वरूप श्वेतकुष्ठ, खाज, मुँहासा, दाद, सोरायसिस, खुजली आदि चमड़ी के लगभग सभी रोग पैदा होते हैं। इसका समर्थन करते हुए डॉक्टर आरजे विलियम्स ने और डॉक्टर रॉबर्ट ने कुछ पशुओं पर प्रयोग करते के बाद यह सिद्ध किया है कि अण्डों के अन्दर की जरदी में 'एविदिन' नाम का एक हानिकारक तत्त्व रहता है, जिसके सेवन से खाज, दाद, चमड़ी का कैंसर, चमड़ी में सूजन के अलावा लकवा भी हो सकता है। डॉक्टर जे एमन विल्कज और डॉक्टर कैथोराइन निम्बा का कथन है कि अण्डों के सेवन से दिल की धड़कन बन्द होने की अधिक सम्भावना रहती है। इसके कारण पित्ताशय की पथरी और मानसिक व्याधि-जैसे रोग भी होते हैं। डॉक्टर गोविन्दराजन की खोज से पता चला है कि अण्डों में प्राप्त नाइट्रोजन, फॉस्फोरिक एसिड और चरबी के कारण शरीर में एसिड की मात्रा बढ़ जाती है, जिसके फलस्वरूप एसिडिटी के कारण उत्पन्न होने वाले अनेक रोगों को बढ़ावा मिलता है।

'हाउ हेल्दी आर एग्ज ?' नामक पुस्तक के लेखक कहते हैं कि नर-मादा के रज-शुक्र में-से उत्पन्न होने वाले अण्डे गन्दे होते हैं। अण्डों में जो सफेदी पायी जाती है, उसमें उस प्राणी के मल-मूत्र एकत्र हुए रहते हैं। अण्डे खाने वाले लोग इन्हें अपने पेट में डाल कर बीमारियों को और गन्दगी को न्योतते रहते हैं। सात्त्विकता खोते हैं, और तमोगुण की कमाई करते हैं। अण्डे आँतों में रहने वाले 'कॉमन

वकीली' किस्म के कीटाणुओं को विषैला बना कर अनेक रोगों को जन्म देते हैं। लन्दन के एक एस आर सी डॉक्टर जे आर मैकडॉनल ने इसकी पुष्टि की है।

कैलीफोर्निया के वैज्ञानिक डॉक्टर जे अमेन्जा कहते हैं कि अण्डों में पाया जाने वाला 'कोलेस्टेरोल' नाम का विष रक्तवाहिनियों में छेद उत्पन्न करके कई तरह के रोगों को जन्म देता है। जर्मन प्रोफेसर एग्नरबर्ग कहते हैं कि अण्डे के समान कफ-कारक दूसरा कोई पदार्थ होता ही नहीं। सौ में से ५२ लोगों को कफ का उपहार दे कर अण्डा जुकाम, खाँसी, और दमा-जैसी बीमारियों को जन्म देने का कारण बनता है। बाजारों में मिलने वाले शक्तिवर्धक आहारों में जैसे चॉकलेट, ब्रेड, केक आदि में अण्डे होते हैं और हमारे अहिंसक कहे जाने वाले लोग भी बड़े चाव के साथ अपने बालकों को ये सारी चीजें रोज-रोज खिलाते रहते हैं। बम्बई की 'हाफकीन इन्स्टीट्यूट' नामक संस्था ने अपने अनुसंधान में कहा है कि छोटे बच्चों की जठराग्नि दुर्बल होती है, इसलिए उन्हें अण्डे या अण्डेवाली चीजें देनी ही नहीं चाहिये। भारत सरकार द्वारा प्रकाशित 'हेल्थ बुलेटिन' में बताया गया है कि अण्डे, मास और मछली की तुलना में शाकाहारी खाद्य पदार्थों में प्रोटीन अधिक होता है। □



वक्तीम / अण्डा जहर ही जहर

→

(इन्फर्टाइल) अण्डो को शाकाहारी अण्डे (वेजीटेरियन एग) जैसा मिथ्यानाम दे कर भारत की शाकाहारी समाज में एक भ्रम फैला दिया। वास्तव में यूनीसेफ-जैसी उत्तरदायी संस्था को यह काम नहीं करना था, किन्तु बदकिस्मती से यह हुआ और कई लोग अण्डो से उत्पन्न अनेक गंभीर बीमारियों के शिकार हुए। आज भी हम उस अभिशाप को भोग रहे हैं। अण्डे का उपर्युक्त चित्र सारी कहानी को विस्तार से कह रहा है।

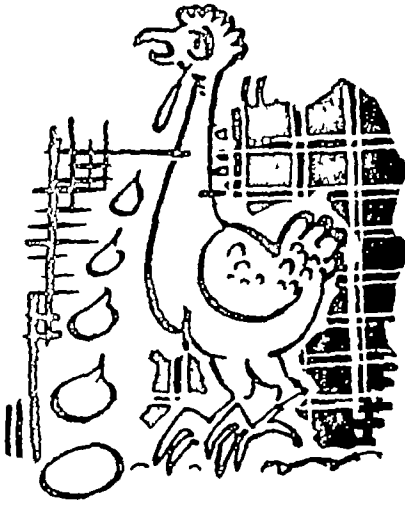
चित्र की दाहिनी ओर वायु-क्षेत्र बताया गया है। यह बहुत महत्वपूर्ण है। यह क्षेत्र अण्डे की दो कवच-झिल्लियों को अलग करता है और भ्रूण को श्वासोच्छ्वास की सुविधा देता है। यह भ्रूण को बाहरी दुनिया से जोड़ता है। यह सभी अण्डो में होता है। इसी तरह अण्डे के सबसे ऊपरी भाग में बीचोबीच एक छोटी रक्षाबी (प्लास्टोडिस्क/जर्मिनल डिस्क/जनन-विम्ब) होती है। अण्डे के गर्भ से बाहर आते ही इसमें विदलन (क्लीवेज) शुरू हो जाता है। कैलाजा (श्वेतक रज्जुओ) को देखें। यह गर्भ-मे-स्थित अण्डवाहिनी में अण्डे के घूमने से बनती है और अल्बूमनी द्रव में अण्डे को बीचोबीच बनाये रखती है। किमी भी अण्डे की रचना में जब हम इन तीन स्थितियों की समीक्षा करते हैं, तब यह शत-प्रतिशत सिद्ध हो जाता है कि अण्डा, फिर वह किसी भी जीव का हो, सजीव/जीवन-युक्त होता है। इस तरह विज्ञान की नज़र में भी 'अण्डे को शाकाहारी कहना' एक बहुत बड़ी झूठ है।

वात सन् १९७१ की है।

मिशीगन यूनिवर्सिटी (अमेरिका) के वैज्ञानिकों ने यह सिद्ध किया कि सस्यार का कोई अण्डा निर्जीव नहीं है, फिर चाहे वह निषेचित (सेया गया) हो अथवा अनिषेचित।

इसी वर्ष श्री फिलिप जे स्केम्बल ने 'पौल्ट्री फीड्स एंड न्यूट्रीशन' शीर्षक से एक पुस्तक लिखी, जिसके १५ वें पृष्ठ पर साफ-साफ कहा गया है कि अनिषेचित (इन्फर्टाइल) अण्डे भी जीव-युक्त होते हैं। वैज्ञानिक स्केम्बल के शब्द हैं—अण्डा बहुत नाजुक होता है। वह प्रतिकूल वातावरण के प्रति भी संवेदनशील होता है। वस्तुतः अण्डे की उत्पत्ति कवच के सृजन के लिए होती है, मनुष्य की खुराक के लिए नहीं। अण्डे में हवा के आने-जाने की नैसर्गिक व्यवस्था है। सफेद खोल के अन्दर वने सूक्ष्म छिद्रों में हो कर ऑक्सीजन अन्दर जाता है और जरदी की भाँप कार्बन-डाइऑक्साइड को बाहर फेंकती है, जिससे अण्डे का भ्रूण जीवित रह कर विकास करता है। यही वात अनिषेचित (अनफर्टिलाइज्ड) अण्डो पर भी लागू होती है।

श्वासोच्छ्वास जीवन की निशानी है और जब भी यह अवरोध होता है, अण्डा सड़ जाता है। वैज्ञानिक तमाम अण्डों में जीव मानते हैं, अतः जो लोग ऐसा नहीं मानते वे अनायास ही चौदहवीं सदी में उतर जाते हैं। वस्तुतः अण्डा गर्भरस है, अतः उसे शाकाहार के अन्तर्गत गिनना-गिनाना एक बहुत बड़ा धोखा है और अपने स्वार्थ के लिए फैलायी जानि वाली भ्रान्ति है। □



जितनी देर में आप यह
पृष्ठ देख-पढ़ रहे हैं, उतनी
देर में ५,००० चूजों के
प्राण लिये जा चुके हैं।

सवाल उठता है कि क्या अण्डा संपूर्ण आहार है ?
स्पष्टतः नहीं।

क्या, सिर्फ अण्डे खा कर मनुष्य जीवित रह सकता है,
और उसे काम करने के लिए अपेक्षित/आवश्यक
ऊर्जा/कैलोरियाँ मिल सकती हैं ? नहीं।

आहार-विज्ञान के अनुसार बैठक का काम करने वाले
एक व्यक्ति को २,४००, मद्धम दर्जे का काम करने वाले
को २,८०० और भारी श्रम करने वाले को
प्रतिदिन ३,९०० कैलोरियों की ज़रूरत होती है। तो
क्या इन्हे वह क्रमशः प्रतिदिन २८, ३२ और ४५ अण्डे
खा कर प्राप्त करे ? और क्या इतने अण्डे खा कर
उसे वह सब मिल जाएगा जो एक संपूर्ण/संतुलित आहार
में-से प्राप्त होता है ? नहीं (यहाँ यह ध्यान रखे कि
एक अण्डे से कुल मिला कर ८७ ५ कैलोरियाँ मिलती हैं)।

तीर्थकर शाकाहार प्रकोष्ठ प्रकाशन-२

माँसाहार सौतथ्य

डॉ. नेमीचन्व



होशियार!



- * मांस-की बुनियाद पर खड़े आहार से क्रमशः हड्डियों की सघनता घटती है और वे कमजोर और कच्ची पड़ जाती है (तथ्य-१३)।
- * विश्व स्वास्थ्य सगठन (डब्ल्यूएचओ) की बुलेटिन सख्या ६३७ के अनुसार मांस खाने से शरीर में लगभग १६० बीमारियाँ प्रविष्ट होती है (तथ्य-४७)।
- * मांस में निहित 'यूरिक एसिड' खून में मिल कर हृदय-रोग, फेफड़ो-की रुग्णता, क्षय (टी.बी.), खून-की-कमी (एनीमिया), हिस्टीरिया, दमा, अजीर्ण, अतिनिद्रा, इन्फ्लूएजा, निमोनिया, गठिया, गर्दन/कमर-दर्द, कृशता आदि सैकड़ो बीमारियाँ पैदा करता है (तथ्य-५७)।
- * आप शायद इस तथ्य से चौंक पडेगे कि अमेरिका को हृदय-रोग की रोक-थाम/इलाज पर प्रतिवर्ष ६० अरब डॉलर खर्च करने पडते हे। वहाँ यह वाक्य एक कहावत की तरह चलन में है— अधिक मांसाहार अधिक हृदय-रोग (तथ्य-६४)।
- * अमेरिका में तम्बाकू, शराब, और नशीली वस्तुओं के बाद मृत्यु का सबसे बड़ा कारण मांसाहार है (तथ्य-९८)।
- * मांसाहार पानी-की-कमी-जैसी गभीर समस्याओं को जन्म देता है (तथ्य-२)।
- * अमरीकी पशु जितना अन्न और सोयाबीन खाते हैं, उतने से एक अरब तीन करोड़ लोगो का पेट भरा जा सकता है (तथ्य-३)।
- * मांसाहार के कारण दुनिया के तमाम मुल्को की जमीन बजड हुई जा रही है (तथ्य-४)।
- * किसी भी प्रकार के मांसाहार में विटामिन 'सी' नहीं होता। मांसाहार इन अद्भुत अमृत से वंचित है (तथ्य-६)।
- * अण्डे की सफेदी में 'एविटिन', नामक जहर होता है, जो खाज-खुजली दाद-मोट जैसे रोग उत्पन्न करता है। किसी भी प्रकार का मांसाहार किसी भी चर्मरोग का कारण बन सकता है (तथ्य-९)।

माँसाहार ! सौं तथ्य



डॉ. नेमीचन्द्र

तीर्थंकर शाकाहार प्रकोष्ठ प्रकाशन, इन्दौर

मासाहार : सजहवी कानून के खिलाफ

"Blood is unhealthy", says Dr A m Katme, a representative of the Islamic Medical Association " It is full of toxins, urea, and organisms The consumption of blood is forbidden for Muslims It is arrogant for someone who is not a Muslim to presume that he can teach us the practice of our faith God protect us from those who think that they know better than He "

But no animal can be fully drained of its blood and so,logically Muslims who eat meat are actually contravening their own laws If they do not wish to consume blood, then,quite simply, they should not eat meat

-Why You Don't Need Meat by Peter Cox p 166

Did you know?

- One-fourth of the world's fish catch is used to make fish-meal to feed factory-bred animals
- More grain and cereal is fed by the USA and Russia to livestock than is consumed by the people of the entire Third World
- Britain gives two-third of its homegrown cereal to its livestock—the same amount could satiate 250 million people each year Even then it imports grain for livestock "because it is more economical to place the burden of growing the other half elsewhere "
- The European Economic Community gets 20 million tonnes of cattle feed from the Third World, including India
- Third World fodder including soybeans from India provides every tenth litre of milk and every tenth pound of meat produced in the EEC
- South America's rainforests have been cut down to grow cattle for hamburgers sold in the USA—as a result the greenhouse effect which will destroy most of life as we know it has been accelerated
- 20 million tonnes of grain provides two million tonnes of animal proteins Seven kg of grain produces one kg of meat

If you—

if you want to save the country's green cover if you want to do something to increase the amount of oxygen in the air and fresh water in the ground start by giving up meat Everything else comes later Incidentally the term vegetarian does not come from vegetable but from *vegetus* which means whole sound fresh, lively

—Menaka Gandhi

मासाहार . १०० तथ्य, डॉ नेमीचन्द, © हीरा भैया प्रकाशन, प्रकाशक - तीर्थकर शाकाहार प्रकोष्ठ, द्वारा - हीरा भैया प्रकाशन, ६५, पत्रकार कॉलोनी, कनाडिया मार्ग, इन्दौर - ४५२ ००१, मध्य प्रदेश, मुद्रण - नईदुनिया प्रिंटेरी, बाबू लाभचन्द छजलानी मार्ग, इन्दौर - ४५२ ००९, मध्य प्रदेश, चित्र - देवेन्द्र शर्मा, पहली बार - जून १९९२, दूसरी बार - अगस्त १९९२, तीसरी बार - जुलाई १९९३, चौथी बार - जनवरी १९९४, पाँचवीं बार - जून १९९४, छठी बार - दिसम्बर १९९४, सातवीं बार - मार्च १९९५, आठवीं बार - जुलाई १९९५, नवों बार - अक्टूबर १९९५, दसवीं बार - जनवरी १९९६, ग्यारहवीं बार - मार्च १९९६, बारहवीं बार - सितम्बर १९९६, तेरहवीं बार - मई १९९७, चौदहवीं बार - सितम्बर १९९७, पन्द्रहवीं बार - दिसम्बर १९९८, २५, मराठी, तेलुगु और मलयालम् मे कुल प्रतियाँ - ८६,०००, मूल्य - पाँच रुपये।

यदि-

हम देख रहे हैं कि दुनिया में, खासतौर से हमारे देश में, माँसाहार बहुत तेजी से बढ़ रहा है। माँसाहार की फ़िरत है कि वह अपने साथ कई बुराइयाँ ले कर आता है और विनाश की दिशा में मनुष्य को दो कदम और आगे धकेल देता है। असल में, माँसाहार मनुष्य के अब तक के विकास को पीछे की ओर ले जाने की दुर्भाग्यपूर्ण प्रक्रिया है। जिस छोर से हमने मनुष्य होना शुरू किया था, माँसाहार हममें बर्बरताएँ बढ़ा कर हमें उसी विन्दु पर खींच लाने पर आमादा है। आप यह जान कर हैरान होंगे कि ब्रिटेन के कत्लघरों से हर वर्ष एक अरब किलोग्राम खून (एक लाख टन खून) नालियों में बह कर वहाँ के पर्यावरण को दूषित करता है (और भारत में उसकी मत पूछिये ? वह बे-हिसाब है और अब गलीकूचों में भी है)।

हम देख रहे हैं कि क्रूरताओं ने आज इंसान को इंसान नहीं रहने दिया है। हिंसा ने उसे पिशाच बना दिया है। दुनिया का कोई मजहब हमें विश्वासघात की सीख नहीं देता, किन्तु हम है कि हमने कहीं-न-कहीं से कोई गली निकाल ली है और अपने स्वाद और शौक के लिए अपने सूनी पज़ों से आसपास के वातावरण को दूषित करने पर तुले हुए है।

फरवरी के महीने में जब भूख से तड़प रहे फिलिस्तीनी शरणार्थियों ने अपने नेताओं से नरमाँस खाने की इजाज़त माँगी तब लगा कि यह और कुछ नहीं है बल्कि रोज-ब-रोज़ बढ़ते माँसाहार का दुष्परिणाम है। कुछ अमीरों की अमीर जिन्दगी और बढहवास जायके के लिए हमें अपने भूक-निरीह पशुओं को मारने का कोई हक नहीं है। हम धन-के-लिए-पागल-हुए अपनी ही शस्यश्यामला वसुन्धरा को बजड बना रहे हैं और अपनी ही पशु-संपदा को बर्बाद कर रहे हैं। ज़मीर-की-मौत का इससे बड़ा सुन्नत और क्या हो सकता है कि हम अपने ही पाँव पर खुद कुल्हाड़ी चला रहे हैं। दुखद यह है कि हमारे यहाँ कृषि मन्त्रालय नये यान्त्रिक कत्लखाने खोलने जा रहा है और ब्रिटेन में कत्लखानों की सबसे बड़ी शृंखला इयहस्टर्ट माँस बेचने वाली अपनी ६०० दुकानों पर ताला डाल रही है।

जो लोग अमरीकी अर्थतन्त्र की तनिक भी जानकरी रखते हैं वे साफ-साफ बता सकते हैं कि यदि हमारे देश में माँसाहार बढ़ता है तो हमारा आर्थिक मानचित्र कितना बदशकल हो जाएगा, आर्थिक ही क्यों, हमारा सांस्कृतिक और नैतिक ढाँचा भी बदसूरत हो पड़ेगा। हमारे जीवन-मूल्य एक तो नष्ट हो ही गये हैं, जो बचे हैं वे भी चिन्दा-चिन्दा हो जाएँगे।

यह कैसा दुश्चक्र है कि हम पहले कसाईघरों में निरीह जानवरों को बड़ी बर्बरता से मारते हैं और फिर स्वयं में एक सौ साठ वीमारियों के कत्लखाने का शिलान्यास करते हैं। वीमारियों-का-कसाई किसी को भी कत्ल करने से नहीं बरूशता। मधुमेह (डायबिटीज़) और अतितनाव (हायपरटेंशन) दो ऐसे कातिल हैं जो आदमी के पीछे माँस खाना शुरू करते ही हाथ धो कर पड जाते हैं। हमें जानना चाहिये कि माँसाहार एक राक्षस है, जो शुरू में लुभावना लगता है, किन्तु बाद में

वह अपनी शहद-जैसी मिठास से इसान-की-जिन्दगी को तवाह कर देता है।

आज पूरी दुनिया में पानी की तगी है। सब जानते हैं कि इस तगी की सबसे बड़ी वजह माँसाहार है। अमेरिका भी जलाभाव के शिकजे में आ गया है। भारत भी इस अभागे घेरे में है। ध्यान रहे जैसे-जैसे हमारे यहाँ कलखानों की सख्या बढ़ेगी, पानी की तगी बढ़ती जाएगी। तय है कि जलाभाव का सकट जहाँ भी गहरायेगा उसके लिए कुसूरवर माँसाहार ही होगा।

दुनिया-भर में अपहरण, दगे, युद्ध, हत्या, कलह, विकलागता, भुखमरी, नशाखोरी आदि बेतहाशा बढ़ रहे हैं। कौन है इन सबके लिए जिम्मेदार? स्पष्टतः माँसाहार। हम खून बहा रहे हैं, हत्याएँ कर रहे हैं, हम क्रूरताएँ कर रहे हैं, बदले में क्रूरताएँ पा रहे हैं—इसमें खास क्या है? यह तो कुदरत का कानून है, इसकी अवहेलना भला कौन कर सकता है, या कर सका है?

भुखमरी का हिसाब और आलम यह है कि विश्व में हर रोज पचास करोड़ लोग या तो भूखे रह रहे हैं, या अधपेट सो रहते हैं। एक ऐसी दुनिया जिसमें हर रोज चार लाख बच्चे भूख से छटपटा कर दम तोड़ देते हों क्या नर्क से कम कही जाएगी? कौन है इन बच्चों और इतनी बड़ी आवादी पर जुल्म डाने वाला? माँसाहार, सिर्फ माँसाहार। वे देश जो माँसाहारी हैं और जो माँसाहार के लिए पशुओं को पनपाते और काटते हैं, जिन्होंने कृष्य भूमि को अनावश्यक रूप में चरागाहों और बाड़ों में बदल रखा है, कारखाने चला रहे हैं माँस के, चूड़ों के, अण्डों के—जिम्मेदार है इस मानवीय सकट के लिए। अमेरिका और ब्रिटेन-जैसे देश भुखमरी और उससे होने वाली मौतों के लिए उत्तरदायी हैं (अब भारत भी)। वर्ल्ड वाच सर्वेक्षण का निष्कर्ष है कि यदि हमने माँसाहार कम नहीं किया तो इसके बड़े दुर्भाग्यपूर्ण नतीजे होंगे।

बहुत कम लोग जानते हैं कि दुनिया में माँस-अण्डे की व्यापारिक लाँबी (प्रचार-दल) अपने अस्तित्व-के-सघर्ष में अरबों पाँड/डॉलर खर्च कर रही है। दुनिया माँसाहार छोड़ना चाहती है और यह लाँबी टीवी, रेडियो, अखबार, तथा अन्य तमाम प्रचार-माध्यमों से 'इंटेसिव्ह हाईप्रेशर एडवर्टाईजिंग' द्वारा उपभोक्ताओं पर माँसाहार जबरन थोपना चाहती है। सरकारें इस दबाव का मुकाबला इसलिए नहीं कर पा रही हैं कि इस लाँबी ने उन्हें तथा उनके कारिन्दों को खरीद रखा है और अपने आँगन में बँधुआ मजदूरों की तरह डाल रखा है। टीवी पर जिस तरह का विज्ञापन आता है और माँस के व्यजनों को बरतानवी एप्रन पहिन कर जिस रुचि से प्रदर्शित किया जाता है, वह सब भारत-जैसे अहिंसक देश के लिए अभिशाप है। असल में हमने यदि माँसाहार की निरर्थकता को तमाम वैज्ञानिक, मजहबी, और सांस्कृतिक चेतावनियों के बावजूद भी नहीं समझा तो तय है कि हमारे सामाजिक, सांस्कृतिक, आर्थिक, धार्मिक, नैतिक आदि स्वास्थ्य खतरे में पड़ जाएँगे और हम युगयुगों के लिए पतन की राह पर आ खड़े होंगे।

जो तथ्य इस किताब में दिये गये हैं यदि हमने इनकी अनदेखी की तो सच मानिये हम अपनी आने वाली पीढ़ियों के साथ विश्वासघात तो करेंगे ही, उनकी खुशियों के बगीचे को भी उजाड़ देंगे। इन्दौर/७ जून १९९२

—नेमीचन्द

मांसाहार : १०० तथ्य

१. मामाहार से लकवा (पक्षाघात), गुर्दे में पथरी, प्रोस्टेट (पुर स्थग्रन्थि) कैंसर, सर्वाङ्कल कैंसर (गर्भाशयी-ग्रीवा-मे-कैंसर), पेट्टिक अल्सर (आमाशय-मे-व्रण), डायबीटीज़ (मधुमेह), हायटल हर्निया (आमाशयिक आत्र-उभार), गॉलब्लेडर स्टोन (पित्ताशय-मे-पथरी), इरिटेबल कॉलन सिंड्रोम (बडी आँत में जलन का सलक्षण), हृदय-रोग, वक्ष-कैंसर, पैक्रिआटिक कैंसर (अग्न्याशय-मे-कैंसर), डायवर्टिक्युलोमिस (बडी आँत में रुकावटे), उदर-कैंसर, हाइपोग्लीसेमिया, कब्ज, हायपरटेशन (उच्च रक्तचाप), साल्मोनेलोसिस (माल्मोनेला जीवाणु में उत्पन्न रोग), ऑस्टिओपोरोसिस (अस्थियो-की-विरलता), कॉलन-कैंसर (बडी आँत में कैंसर), एडोमीट्रियल कैंसर (गर्भाशय-मे-कैंसर), गुर्दों-के-रोग, मोटापा, ट्रिकिनोमिस (कचकृमिरोग, जो सुअर का माम खाने से



सोयाबीन, मूंगफली अथवा नारियल से क्रमश ३५३/३५३/४३२/५६४/४४४ कैलोरियाँ सहज ही मिल सकती हैं। याद रहे एक वयस्क पुरुष को प्रतिदिन २४०० तथा स्त्री को २००० कैलोरियो की जरूरत होती है।

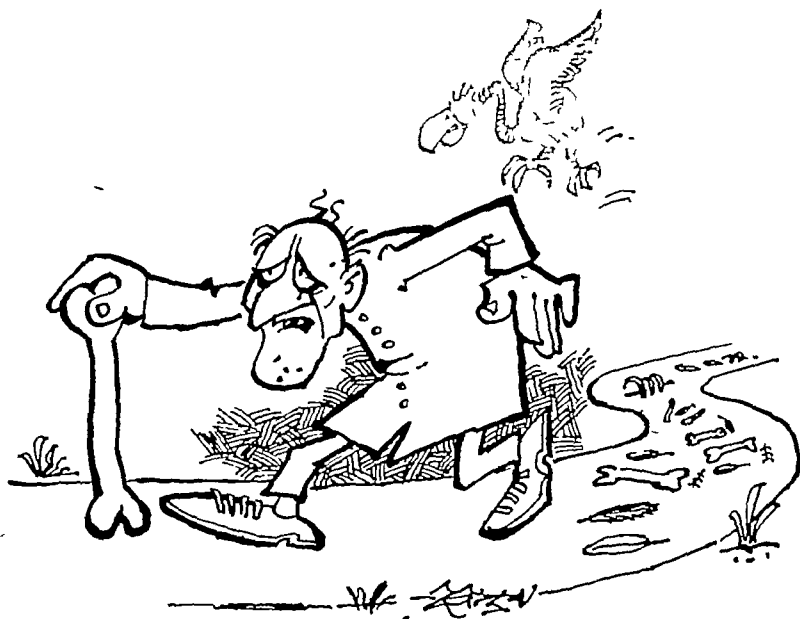
- ८ अमेरिका के नोबल पुरस्कार विजेता डॉ माइकेल ब्राउन और डॉ जोसेफ गोल्डस्टीन का निष्कर्ष है कि मास मे कोलेस्टेरोल की मात्रा अधिक होती है, अत इससे हृदयरोग, चर्मरोग, पथरी आदि उत्पन्न हो सकते हैं। किसी भी वानस्पतिक आहार मे कोलेस्टेरोल नहीं होता।



९. रॉबर्ट ग्रॉम ने अपनी लोकप्रिय पुस्तक 'हाउ हेल्दी आर एग्ज?' में लिखा है कि अण्डे की सफेदी में 'एविडिन' नामक जहर होता है, जो खाज-खुजली, दाद-कोढ़ जैसे रोग उत्पन्न करता है। किसी भी प्रकार का मामाहार किसी भी चर्मरोग का कारण बन सकता है।
१०. मासाहार का भारत की अहिंसक सस्कृति से कोई तालमेल अथवा सगति नहीं है। महावीर, गौतम बुद्ध, सत कबीर, गुरु नानक, गांधी, विनोबा आदि सभी शुद्ध शाकाहारी थे।
११. शायद आप नहीं जानते कि व्यापारिक दृष्टि में पशुओं का वजन बढ़ाने के लिए उन्हें तरह-तरह के रासायनिक मिश्रण दिये जाते हैं, जिनमें-से एक है डेस (डायथिस्टिलवेस्ट्रॉल)। जो गर्भवती स्त्रियाँ 'डेसयुक्त मास' का भक्षण करती हैं, उनकी सतान को आगे चल कर कैमर होता है। कई डेसबेबीज युवतियाँ होने पर कैमर का शिकार हुई हैं। पुरुषों में डम तरह का मास स्त्रैणता का कारण बनता है। ध्यान रहे 'डेस' कोई प्राकृतिक पदार्थ नहीं है बल्कि इसे मश्लेपण (मिथेमाइजेशन) द्वारा तैयार किया जाता है। यह पशुओं में मामवृद्धि के लिए उपयोग में आता है। यद्यपि उसके उपयोग पर विकसित देशों ने रोक लगा रखी है तथापि विकसित/विकसमशील दोनों मुल्कों में डमका चोरी-लुके व्यापक उपयोग होता है।
१२. ऑस्टिओपोरोमिस (अस्थियों का विरलन, या विखराव) एक ऐसा रोग है जो कई कारणों में होता है। डमकी सब-से-बड़ी वजह आहार में प्रोटीन का अतिरेक (बहुत अधिक होना) है। मामाहार को प्रोटीन का समृद्ध स्रोत कहा गया है। सूत्र यह है कि 'अधिक प्रोटीन, अधिक कैल्शियमक्षति'। ऑस्टिओपोरोमिस कैल्शियम-कै-क्षरण की वजह में होने वाला भीषण रोग है।
१३. म्यापित नथ्य है कि आहार में जितना अधिक प्रोटीन होगा, कैल्शियम की हानि भी उतनी अनुपात में उतनी ही अधिक होगी

फिर हम अपने आहार में कैल्शियम की मात्रा चाहे जितनी बढ़ा ले, या बढ़ाते जाएँ। परिणामस्वरूप सामान्यत उच्च प्रोटीन-युक्त आहार— मुख्यत मांस-की-बुनियाद पर खड़े आहार— में क्रमश हड्डियों की मघनता घटती है और वे कमजोर और कच्ची पड जाती हैं।

१४. कम प्रोटीन-युक्त आहार शरीर में कैल्शियम की अपेक्षित मात्रा को सुरक्षित रखता है जबकि मासाहार कैल्शियम को बाहर निकाल फेकता है। बुढ़ापे की दुर्बलता मासाहार का अनिवार्य अभिशाप है।



१५. मिशीगन स्टेट तथा अन्य विश्व-विद्यालयों (अमेरिका-स्थित) के अनुसंधानकर्ताओं के ये निष्कर्ष ध्यान देने योग्य हैं—१ पुरुष शाकाहारियों में हड्डियों की औसतन क्षति ३ प्रतिशत होती है जबकि पुरुष मासाहारियों में यह ७ प्रतिशत पायी गयी है। २ स्त्री शाकाहारियों में हड्डियों की औसतन क्षति १८ प्रतिशत

ऑकी गयी है जबकि स्त्री मामाहारियो मे यह प्रतिशत ३५ देखा गया है।

१६. आप आश्चर्य करेगे कि एक मामिष भोजी अमरीकी स्त्री ६५ वर्ष की उम्र तक पहुँचते-पहुँचते अपनी हड्डियो का लगभग 'एक-तिहाई' भाग खो बैठती है। यह नुकमान कई शारीरिक दुर्बलताओ को जन्म देता है ममलन कमर का झुकना, सुस्ती, अनुत्साह का अनुभव करना आदि।
१७. चिकित्सको का स्पष्ट निष्कर्ष है कि यदि किमी शाकाहारी की हड्डी टूटती अथवा क्षतिग्रस्त होती है तो वह तेजी से बहुत कम समय मे पूरी तरह जुड जाती है जबकि एक मामाहारी, विशेषत महिला, के साथ ऐसा होना अमभव होता है।
१८. मास, अण्डे, मछली आदि मर्वाधिक अम्लोत्पादक (एमिड फार्मिंग) पदार्थ है, अत रक्त की तटस्थता (पीएच/न अम्ल, त क्षार) बनाये रखने के लिए हड्डियो मे-मे कैल्शियम की खपत होती है, किन्तु अधिकांश फल-मब्जियो मे 'अल्काइलिन एण' बनती है, जो रक्त की तटस्थता को कायम रखती है और हड्डियो के कैल्शियम-कोष को उजडने नही देती।
१९. फल/सब्जियो मे कैल्शियम/फॉस्फोरम के उच्चतर अनुपात के कारण कैल्शियम अधिक मात्रा मे उपलब्ध रहता है। यदि हरी राई या सरसो मे प्राप्त कैल्शियम/फॉस्फोरम-अनुपात की तुलना मे हम चूजो मे प्राप्त अनुपात मे करे तो एक को गगनचुम्बी इमारत कहेगे और दूसरे को लघु श्वानघर (स्मॉल डॉग-हाउस)।
२०. पशु-जनित प्रोटीन (मामाहार-मे-प्राप्त प्रोटीन) कई ममस्याएँ खडी करता है, जिनमे-मे एक गभीर ममस्या है गुर्दे-मे-पथरी का बनना। ध्यान रहे अतिरिक्त प्रोटीन न केवल कैल्शियम के मचित कोष को खाली करता है वरन् गुर्दे (किडनी) मे अधिक

श्रम ले कर उसे बुरी तरह क्षतिग्रस्त कर देता है। कई पशु-परीक्षणों/अध्ययनों का निष्कर्ष है कि आहार में अधिक प्रोटीन के कारण गुर्दा-विस्तृति/वृद्धि (हायपरट्रॉफी) तथा जलन/प्रदाह (इन्फ्लेमेशन) जैसी घटनाएँ अधिक होती हैं।

डटकर किया माँसाहार! फिर अपने द्वारा दूरी हड्डी का बल्ला बनाया... अपने ही गुर्दे से निकले पत्थर की गेंद बनाई... और शुरू हुआ मजेदार क्रिकेट....



२१. मन् १९७० में 'जर्नल ऑफ द नेशनल कैमर इस्टीट्यूट' (अमेरिका) के अध्ययन-निष्कर्ष के अनुसार जिन प्रदेशों में मास-की-खपत अधिक होती है वहाँ स्पष्टतया बड़ी आँत (कॉलन) के कैमर का आँकड़ा उँचा है, किन्तु जहाँ मास-की-खपत कम है वहाँ छोटा और झुका हुआ है। कहा गया है कि ममार का ऐसा कोई मुल्क नहीं है जहाँ मास-की-खपत अधिक न हो और बड़ी आँत के कैमर की दर कम हो।

२२. मास पचाने की क्रिया में बड़ी आँत में कैमरकारक पदार्थ उत्पन्न होते हैं, अतः मामाहारियों को मासाहार से निबटने के लिए

पित्त-अम्ल (बाइल एसिड्स), विशेषतया डीऑक्सीकॉलिक एसिड, का व्यापक उत्पादन आवश्यक होता है। यह अम्ल बहुत महत्वपूर्ण है, क्योंकि क्लोस्ट्रिडिया बैक्टीरिया डीऑक्सीकॉलिक एसिड को सशक्त कैसरकारको में बदल देते हैं। यह तथ्य, कि शाकाहारियों की तुलना में मासाहारियों की बड़ी आंत में डीऑक्सीकॉलिक अम्ल अचूक रूप से होता है बहुत बड़ा कारण है इस निष्कर्ष के पीछे कि उनमें बड़ी आंत के कैसर की दर ऊँची होती है।

२३. तन्तु (रेशा/फाइबर) आंत में बुहारी का काम करते हैं। ये आंत की लगातार सफाई करते रहते हैं। रेशा-रहित आहार के कारण आंतों में चिकना मलवा जमा हो जाता है, जो आंतों में हो कर गुजरने वाले आहार की अवधि लम्बी कर देता है। यदि किसी व्यक्ति के आहार में पशु-वसा (एनीमल-फैट) है तो उस पर यह बात भरपूर लागू होती है। जिस तरह चिकनाई (ग्रीस) नालियों को रुद्ध कर देती है, ठीक उसी तरह वसा (फैट) से आँते रुद्ध हो पड़ती है।
२४. आंतों में आहार के अधिक लम्बे समय तक बने रहने में उसमें कई विषाक्त पदार्थ उत्पन्न हो जाते हैं तथा आँत-भित्तियाँ अधिक विष मोखने लगती हैं। रेशा-युक्त आहार आहार-की-आन्त्र-यात्रा को मुगम और शीघ्रगामी बनाता है और उसे घुलने, बँधने, तथा कई कैसरकारक विषों को निष्क्रिय करने में मदद करता है।
२५. जितने समय में आप इन तथ्यों को पढ़ रहे होंगे उतने समय में अमेरिका के चिकित्सक वहाँ की १०० महिलाओं को बता चुके होंगे कि उन्हें स्तन-कैसर हो चुका है, किन्तु बहुत कम चिकित्सक उन्हें यह बता पाते हैं कि वे जितना कम-से-कम मांस लेगी, कैसर का खतरा उतना कम हो जाएगा।
२६. टोकियो की नेशनल कैसर रिमर्च इन्स्टीट्यूट के डॉ. हिरायामा ने चिकित्सा-इतिहास में, कैसर-के-बड़े-अध्ययन का नेतृत्व किया है।

उनके मार्गदर्शन में १,२२,००० व्यक्तियों का कई दशकों तक गहन अध्ययन किया गया। डॉ. हिरायामा और उनके माथियों का निष्कर्ष है कि जो महिलाएँ प्रतिदिन मामाहार करती हैं वे उन महिलाओं की तुलना में जो माम लेती हैं या बिल्कुल ही नहीं लेती कैसर का चार गुना अधिक खतरा उठाती हैं। इसी तरह अण्डे खाने का मतलब भी स्तन-कैंसर को बुलावा देना है।

1. एक लड़की जितना अधिक माम-भक्षण करेगी वह उतनी ही जल्दी रजस्त्रला होगी और तदनुसार स्तन-कैंसर का खतरा भी उमे उतना ही अधिक होगा।



२८. मास, दुग्ध, और अण्डा-युक्त आहार न सिर्फ जल्दी रजोस्राव की ओर ले जाता है अपितु मामिक धर्म बन्द होने की स्वाभाविक अवधि को भी विलम्बित तथा बाधित करता है।

२९. जो लोग मासाहार तथा अन्य उच्चवसा-युक्त आहार छोड़ देते हैं उन्हें ३० प्रतिशत इंसुलिन की कम जरूरत पडती है तथा उनका ब्लड-सुगर-लेवल (रक्त में ग्लूकोस का स्तर) अधिक स्थिर रहता है और वे एथीरोस्क्लेरोसिस की जटिलताओं से बच जाते हैं।

३०. हाइपोग्लाइसीमिया अमेरिका में व्याप्त एक ऐसी बीमारी है, जिसे लोग अब सामान्य मानने लगे हैं। ये लोग इस बात पर विचार नहीं करते कि दुर्बलता, चक्कर आना, या भ्रान्ति होना रक्त-में-ग्लूकोस-के-स्तर में होने वाली गिरावट के कारण ही है, और वे इस बात का अनुभव भी नहीं करते कि इन सबका सबन्ध मनुष्य के खान-पान की संस्कृति से है। वस्तुतः हाइपोग्लाइसीमिया बीमारी उन लोगों में होती है, जो मास शक्कर, और वसा का भरपूर उपभोग करते हैं।

३१. प्रोस्टेट (पुर स्थग्रन्थि) के कैंसर का मासाहार से सीधा सबन्ध है। लोमार्लिंडा यूनिवर्सिटी (कैलीफोर्निया) में ६५,००० व्यक्तियों पर २० वर्षों तक चले अध्ययनों के अनुसार मास, पनीर, अण्डे आदि खाने वाले व्यक्तियों को उनकी अपेक्षा जो इन्हें अत्यल्प या बिल्कुल नहीं लेते उनमें ३ ६ गुना कैंसर-आशंका अधिक होती है।

३२. स्त्रियों में छाती-के-कैंसर से होने वाली मृत्यु का क्रम है—सबसे अधिक मासाहारी स्त्रियाँ, इसके बाद अण्डा खाने वाली स्त्रियाँ, इसके बाद शुद्ध शाकाहारी स्त्रियाँ।

३३. अधिक वसा वाले आहार से होने वाले हॉर्मोन-सबन्धी परिवर्तन पुरुषों में मासिक धर्म शुरू या बन्द होने जैसी यौन घटनाओं के

रूप में नहीं होते, फिर भी यह स्पष्ट देखा गया है कि प्राणिज वमा वाली आहार-शैली (मामाहार) में लडकियों की तरह लडको में भी यौन विकाम समय-में-पूर्व हो जाता है, जो स्वास्थ्य के लिए खतरनाक है।

- ३४ अमेरिका-जैसे विकमित देश में मृत्यु के ८ बडे कारणों में-में एक है डायबीटीज (मधुमेह), जो एथीरोक्लेरोमिम का दुष्परिणाम है। यह रोग मामाहार में होता है। मधुमेह मृत्यु वमा-युक्त आहार अर्थात् मामाहार की मतान है। इममें नमें इतनी क्षीण



और जर्जर हो जाती है कि ८० प्रतिशत मधुमेह-रोगी आँसु-की-क्षति से पीडित रहते हैं। अमेरिका में अन्धेपन के जो नये केस दर्ज हुए हैं उनमें मधुमेह-रोगी ही अधिक हैं।

३५. मासाहार किडनी (गुर्दे)-त्तक-रक्त-आपूर्ति में बाधक बनता है, अतः डायबीटीज के रोगी गुर्दों की बीमारी के औमतन दर से

१८ गुना अधिक शिकार होते हैं। नमो के अन्तिम छोर तक खून का दौर इतना कम पड जाता है कि पाँव-की-अँगुलियों में जरा-सी छूत भी गेरीन का कारण बन जाती है, तब फिर या तो पूरा पाँव कटाना होता है या फिर प्राणों में हाथ धोना पडता है।

३६. मिनेमोटा यूनिवर्सिटी (अमेरिका) के महामारी-विज्ञान विशेषज्ञ डॉ. डेविड स्नोडैन का कथन है कि मासाहार की अनुपस्थिति ने हमारे निष्कर्षों को अधिक पुष्ट किया है। २५,००० लोगों पर २१ वर्षों तक चले हमारे एक अध्ययन के अनुसार जैसे-जैसे विभिन्न स्तरों पर मासाहार का परिमाण कम किया गया, मधुमेह का खतरा उतना-उतना कम होता गया। इस तरह डायबीटीज और मासाहार परस्पर मबद्ध है।
३७. वेने स्टेट यूनिवर्सिटी मेडिकल स्कूल (अमेरिका) में जब चिकित्सा-सबन्धी अनुसंधान करने वाले छात्रों ने इस किंवदन्ती का कि आरथाइटिस (जोडो-में-सूजन/सन्धि-शोथ) का आहार से कोई सबन्ध है, परीक्षण किया तब उन्हें यह देख आश्चर्य हुआ कि सन्धि-शोथ के छह रोगियों को जब वसा-रहित आहार (शाकाहार) दिया गया तब उनमें मात हफ्तों में रोग के लक्षण पूरी तरह लुप्त हो गये, किन्तु जब उन्हें पुनः मासाहार दिया गया तब लक्षण उभर आये।
३८. गाउट (गठिया रोग) भी आहार से ही सबन्धित है। वस्तुतः गाउट यूरिक एसिड (मूत्राम्ल) में सुई-जैसे क्रिस्टल (रवा) बनने से पैदा होता है। जब ऐसा होता है तब रोगी को दुस्सह पीडा होती है। उसके जोड, खासतौर से पाँव का अँगूठा, सूज जाते हैं। जो अपने आहार में प्यूरीन (एक नाइट्रोजन-युक्त कार्बनिक यौगिक) अथवा प्रोटीन नहीं लेते गाउट में उन्हें अत्यधिक लाभ होता है। शेल मछली, अन्य मछलियाँ, अण्डे, गोमास, सूअर-के-मास आदि में प्यूरीन अधिक होता है।

३१. गुर्दे-मे-पथरी से असह्य पीडा होती है, किन्तु इस भयानक पीडा से बचा जा सकता है। निन्यानवे प्रतिशत कम प्रोटीन, अधिक रेशे, कम वसा (जिनमे कोलेस्टेरोल कम हो) तथा कम सतृप्त वसा वाले आहार न ले कर इससे सहज ही बचा जा सकता है। अमेरिका मे शुद्ध शाकाहारियो मे पथरी रोग नही होता।

३. अमेरिका मे प्रतिवर्ष २७,५०,००,००० (सत्ताईस करोड पचास लाख) रोगी डॉक्टरो की शरण मे जाते हैं, जिनमे-से-हर ग्यारह-मे-से-एक उच्च रक्तचाप (हाई ब्लड-प्रेसर) से पीडित होता है। बढती उम्र के साथ जिन लोगो मे रक्तचाप सामान्य होता है, उनके अध्ययन से कुछ तथ्य सामने आये हैं १ उनके आहार मे वसा (फेट), कोलेस्टेरोल और नमक कम होता है और रेशे अधिका २ वे चोकर-युक्त अनाज, ताजा सब्जी और फल खाते हैं। ३ ससाधित (प्रोसेस्ड) और विशुद्धीकृत (रिफाइड) खाद्य कम-से-कम लेते है।

१. पशुओ को जैसे ही बूचडखानो की ओर ले जाया जाता है, वे जो घटित होने जा रहा है उसका आभास पा लेते हैं और क्रोधावेश मे भयकर व्यवहार करने लगते हैं तथा पागलो-की-तरह हो जाते हैं। उन्हे इस दशा मे मारा जाता है और उनका मांस बाजार, मे विकने आता है। यह मांस जहरीला हो जाता है, फलस्वरूप उसे खाने वाले मनुष्यो मे ऐठन, तनाव, सन्निपात, मिर्गी, एव आकस्मिक मृत्यु जैसे अनेक रोग घर कर लेते हैं।

४२. एक औसत अमरीकी प्रतिवर्ष करीब १२० किलो मांस खाता है जिसे प्राप्त करने के लिए लगभग एक टन अनाज खर्च होता है। यदि वह सीधे १२० किलो अन्न खाये तो इतने अनाज से वर्ष मे आठ व्यक्तियो का काम चल सकता है। प्रोफेसर जॉर्ज बर्गस्टॉर्म के अनुमार सिर्फ अमेरिका में पशु-जगत् जितने वनस्पति-खाद्य का उपभोग करता है, उतने से विश्व की आधी आबादी का पेट भरा जा सकता है।

४३ जॉन्स हॉपकिन्स यूनिवर्सिटी के डॉ एलन वाकर ने दाँतो के माइक्रोस्कोपिक विश्लेषण मे पता लगाया है कि मनुष्य फल खाने वाले प्राणियों का वंशज है, न कि माँस खाने वालो का।



४४. स्टेट यूनिवर्सिटी ऑफ न्यूयॉर्क (बफैलो) मे की गयी खोज से यह सामने आया है कि अमेरिका मे ४७,००० से भी अधिक ऐसे बच्चे हर वर्ष जन्म लेते है, जिन्हे माता-पिता के माँसाहारी होने के कारण कई बीमारियाँ जन्म से ही लगी होती हैं और जो बड़े होने पर भी पूर्णत तन्दुरुस्त नही रह पाते।

४५. एक रिपोर्ट के अनुसार एक कीट, अग्रेजी मे जिसे 'ब्रेनबग' कहते है, ऐसा होता है, जिसके काटने से पशु पागल हो जाता है, किन्तु पागलपन के रोग को पूरी तरह विकसित होने मे दस वर्ष लग जाते है। इस बीच यदि कोई व्यक्ति इस कीडे द्वारा काटे हुए पशु

का मांस खाता है, तो पशु-मे-पलने-वाला-यह-रोग उसके शरीर में प्रवेश कर जाता है।

४६. उपलब्ध तथ्यों के अनुसार आस्ट्रेलिया, जहाँ प्रति व्यक्ति प्रतिवर्ष १३० किलो मांस की खपत है, आँतो-के-कैमर का सर्वाधिक शिकार है। डॉ एड्र्यू गोल्ड ने अपनी पुस्तक 'डायबीटीज इट्स कॉजेज एंड ट्रीटमेंट' में मधुमेह-रोगियों को शाकाहार की मलाह दी है।

४७. विश्व स्वास्थ्य सगठन (डब्ल्यूएचओ स्थापना—७ अप्रैल १९४८) की बुलेटिन सख्या ६३७ के अनुसार मनुष्य के शरीर में लगभग १६० बीमारियाँ मांस खाने से प्रविष्ट होती हैं। दुःखद यह है कि बहुत से चिकित्सक भी इस तथ्य को नहीं जानते। ये ऐसी बीमारियाँ हैं जिनमें-से अधिकांश मनुष्य को सीधेमौत के मुँह में धकेलती हैं और अनेक इतनी असाध्य हैं कि उनकी कोई चिकित्सा उपलब्ध नहीं है।

४८. मांस में एक खास किस्म का कीड़ा 'बटूलीनम' होता है, जो 'बटूलिनिज्म' नामक रोग को उत्पन्न करता है। इस रोग से व्यक्ति मर भी सकता है। यह एक खतरनाक रोग है।

४९. मांस-भक्षण से मनुष्य के मस्तिष्क में 'टिर्नियासोलियम' नामक एक कीड़ा प्रवेश कर जाता है, जो मस्तिष्क तथा शरीर के अन्य भागों में गिल्टियाँ उत्पन्न कर देता है, फलस्वरूप मस्तिष्क में बहुत छोटे-छोटे मोड्यूल्स उत्पन्न हो जाते हैं, जिनके कारण सबन्धित व्यक्ति को मिर्गी का रोग हो जाता है। इस रोग को 'सिस्टीसरकोसिस' कहते हैं।

५०. कुत्ते का मांस खाने से 'साइडेडिड सिस्ट' नामक रोग हो जाता है। न्यूजीलैंड, उस्मानिया, साइप्रस, अर्जेन्टाइना, और पेरू में यह बीमारी अधिक होती है। इस रोग के कीटाणु शरीर में प्रवेश कर रसोली का रूप धारण कर लेते हैं। यह रसोली मस्तिष्क में फेफड़ों में जिगर में अथवा किसी भी जगह पैदा हो सकती है। और इतनाफकन यदि यह फूट जाए तो रोगी के बचने की

सभावना शून्य हो जाती है। भारत में भी यह बीमारी देखी गयी है।

५१. मांस-भक्षण से चार प्रकार की बीमारियाँ होती हैं — डायरेक्ट जूनोसिस, साइक्लोजूनोमिस, मेटाजूनोमिस, मेपरोजूनोमिस।
५२. डायरेक्ट जूनोमिस वे बीमारियाँ हैं, जो मांस खाने से मनुष्य के शरीर में सीधे हो जाती हैं, उदाहरण के लिए ट्रीचिनोमिस ब्रूसिलोसिस।
५३. साइक्लोजूनोसिस बीमारियाँ मनुष्य के शरीर में सीधे प्रवेश न कर दूसरे पशुओं के शरीर में हो कर उनके मांस-भक्षण से होती हैं, जैसे — टेपवॉर्म (फीताकृमि)। ये कीटाणु पहले सूअर, गाय, या कुत्ते आदि में होते हैं और मनुष्य जब इन रोगग्रस्त पशुओं का मांस खाता है तब यह बीमारी उसे हो जाती है।



५४. मेटाजूनोसिस वे बीमारियाँ हैं, जो बगैर रीढ़वाले प्राणियों (इनवर्टिब्रेट) में से हो कर मनुष्य के शरीर में पहुँचती हैं, जैसे — प्लेग, लिवर, प्लू।

५५' शाकाहारी प्राणियो (मानव-सहित) और माँसाहारी प्राणियो मे कम-से-कम छह अन्तर हैं-

| | शाकाहारी | माँसाहारी |
|------------------|--------------------------------|--------------------------------------|
| १ पजे/ताबून | तीखे नहीं होते | तीखे/पेने होते हैं। |
| २ त्वचा-छिद्र | होते हैं | नहीं होते, पसीना जीभ से निकालते हैं। |
| ३ सार-ग्रन्थियाँ | विकसित हैं | छोटी/अविकसित हैं। |
| ४ लार | लवणीय, टाइलीन एजाइम-युक्त | तेज हाइड्रोक्लोरिक एसिड-युक्त |
| ५ उदर-अम्ब | कम तीव्र | अतितीव्र |
| ६ अंति | शरीर की लम्बाई की लगभग दस गुना | शरीर की लम्बाई की लगभग तीन गुना |

५६' सेपरोजूनोसिस वे बीमारियाँ हैं जो रोगग्रस्त पशुओ द्वारा मिट्टी पेड-पौधो मे कीटाणुओ के फैल जाने से पैदा होती हैं, यथा - लारवा, माइग्रेन्स आदि।

५७' मास मे निहित 'यूरिक एसिड' खून मे मिल कर हृदय-रोग, फेफडो-की-रुग्णता, क्षय (टी बी) खून-की-कमी (एनीमिया), हिस्टीरिया, दमा, अजीर्ण, अतिनिद्रा, इन्फूलएजा, निमोनिया, गठिया, गर्दन/कमर-दर्द, कृशता आदि सैकडो बीमारियाँ उत्पन्न करता है। विभिन्न मासाहारो मे यूरिक एसिड की मात्रा प्रति पौण्ड इस प्रकार मानी गयी है — मछली (५ ग्रेन), भेड-बकरी (६ ग्रेन), सूअर (८ ग्रेन), बछडा (काफ/८ ग्रेन), चूजा (चिकन/९ ग्रेन), गाय (९ ग्रेन), कलेजी (लिवर/१९ ग्रेन), मास-का-शोरबा (मीट-सूप/५० ग्रेन), कबाब (ब्लेकमीट/१४ ग्रेन)।

५८' मद्रास-स्थित 'केन्द्रीय लेदर इस्टीट्यूट' के अनुसार भारत मे पशुओ का लगातार लोप हो रहा है। इस्टीट्यूट के आँकडो के अनुसार सन् २००० मे प्रति एक हजार व्यक्ति स्थिति इस प्रकार हो जाएगी—

| पशु | १९५१ | १९८१ | २००० |
|----------------|------|------|------|
| गाय-बैल (कैटल) | ३४० | २७८ | ११० |
| भैस-भैसे | १२० | १०० | ६० |
| बकरी-बकरे | १४१ | ११८ | ३० |
| भेडे | १०८ | ६२ | ३० |

यदि वध-शालाएँ इसी रफ्तार से खुलती रही तो एक दशक ऐसा भी होगा जब भारत में कोई पालतू पशु नहीं बचेगा।

५९. सालमोनेला (बहुचर्चित बैक्टीरिया) के अलावा चूज़ो/मुर्गा-मुर्गियों के मांस में एक नया माइक्रोब 'केम्पिलोबैक्टर' पाया गया है, जो आँतों में भयंकर बीमारियाँ उत्पन्न करता है। एक कत्लघर से लाये गये ८० प्रतिशत चूज़ो और ९० प्रतिशत टर्कियों (पीरू/गीध) में इसका तीव्रगतिक सत्रद्धन देखा गया है। इनकी सख्या प्रति पक्षी एक लाख बैक्टीरिया बतायी जाती है। 'सालमोनेला' की भाँति यह माइक्रॉब भी चूज़ो-की-खाल की सतह पर पाया जाता है। चूज़ो की चमड़ी पर फैले इन माइक्रॉब्स पर जब मशीनी मूसलो (फलैलो) की मार पड़ती है, तब पखों के नोचे जाने से खाली हुए छेदों में ये घुस जाते हैं। इस प्रक्रिया में चर्म-सतह और उसकी पतों में इनकी सख्या लगभग १०० गुना, यानी एक करोड़ हो जाती है। सपूर्ण प्रक्रिया में माइक्रॉब्स सतह के नीचे दुबक जाते हैं और उष्णता तथा धुलाई तक की क्रिया में बच रहते हैं, अन्ततः ये खाने वाले के पेट-में-उतर-कर तरह-तरह की बीमारियाँ पैदा करते हैं। आप शायद नहीं जानते, कि जिन मशीनी अँगुलियों से चूज़ो के पख नोचे जाते हैं उनके एक वर्ग सेटीमीटर पर लगभग १० लाख माइक्रॉब्स (सालमोनेला/केम्पिलोबैक्टर बैक्टीरिया) होते हैं — हो सकते हैं।

६०. अतीन्द्रिय-शक्ति-मपन्न बहुचर्चित श्री यूरी गैलर अपने अतीन्द्रिय बल से काँटे-छुरी और चम्मच को दृष्टिपात से टेढ़ा कर देते हैं, घड़ियों की सुइयों को रोक लेते हैं। यूरी शुद्ध शाकाहारी हैं। उनका कथन है कि हमारा शरीर शाकाहार के लिए बना है, माँसाहार के लिए नहीं। उन्होंने कहा है कि शाकाहार में उनके अतीन्द्रिय बल में वृद्धि हुई है।



६१. आहार-संबन्धी खोज करने वालो का निष्कर्ष है कि माँस-वसा (चर्बी) ने हृदय-रोग की समस्या को काफी उलझा दिया है। माँस-वसा कुछेक कैंसरो के लिए भी उत्तरदायी है। एक अमेरिकी आहार-विज्ञानी ने हिसाब लगाया है कि अमेरिका मे ५० प्रतिशत कैंसर-रोगो के लिए माँस-निर्भर आहार, जो उच्च ससाधित भी होता है, जिम्मेदार है। इसी अनुसधानकर्ता ने कहा है, कि जो व्यक्ति १२ औंस वजन के चारकोल-भूने माँस के दो टिक्के हर हफ्ते खाता है, वह टार (डामर) का अपने भीतर उतना ही सचय कर लेता है जितना प्रतिदिन दो पैकेट सिगरेट पीने वाला। ऑक्सफर्ड मे मेडिसिन के प्रोफेसर मर रिचर्ड डॉल ने माँसाहार और कैंसर के मध्य सबन्ध स्थापित किया है।
६२. वनस्पति/पिड-पौधे मनुष्य-के-आहार की नीव हैं। माँस का क्रम द्वितीय है। माँस पशुओ द्वारा किये गये शाकाहार की उपज है। इस खाद्य-शृंखला मे माँसाहार का नम्बर शाकाहार के बाद है। जैसे-जैसे हम आहार-शृंखला मे आगे बढ़ते हैं पर्यावरणिक विष

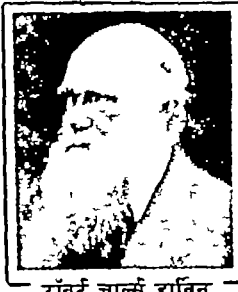
उसमे अधिक घनीभूत (सघन) होते जाते हैं। पशु जो सद्बुधित वनस्पति खाते हैं, स्वयं तरह-तरह के विष संचित कर लेते हैं। इन्हे आहार बनाने के कारण माँसाहारियों में ये विष सघनतर हो जाते हैं। यही कारण है कि माँसाहारियों का माँस नहीं खाया जाता।

६३. दुनिया की उफनती आबादी को देखते हुए शाकाहार एक अत्यन्त सुरक्षित जीवन-पद्धति है। माँस-का-उत्पादन शाकाहार-के-उत्पादन की तुलना में काफी महँगा है। उत्पादन का यह अनुपात २१ : १ है। एक पाउंड गोमाँस-जनित प्रोटीन प्राप्त करने के लिए गाय को २१ पाउंड वनस्पति-जनित प्रोटीन खिलाना पड़ता है। अमेरिका में मनुष्य की तुलना में पशु दस गुना ज्यादा अनाज खा जाते हैं। हिसाब लगाया गया है कि माँसाहार के कारण जितना अनाज बर्बाद होता है उतने से दुनिया की ९० प्रतिशत प्रोटीन-आवश्यकता पूरी हो सकती है। यदि अमेरिका तथा उस जैसे-कुछ मुल्क अपने आहार में-से माँस को अनुपस्थित या कम कर दें तो दुनिया का हर आदमी भर-पेट भोजन कर सकता है।
६४. अमेरिका में हर साल ५,५०,००० मौते सिर्फ हृदय-रोग से होती हैं, इनके अलावा ५४ लाख ऐसे अमरीकी हैं, जिनकी जिन्दगी हृदय-रोग-ग्रस्त होने के कारण सीमित हो गयी है। आप शायद इस तथ्य से चौंक पड़ेगे कि अमेरिका को हृदय-रोग की रोकथाम/इलाज पर ६० अरब डॉलर प्रतिवर्ष खर्च करने पड़ते हैं। वहाँ यह वाक्य एक कहावत की तरह प्रचलित है — अधिक माँसाहार, अधिक हृदय-रोग।
६५. नेशनल एकेडमी ऑफ साइसेज (अमेरिका) के एक आयोग का निष्कर्ष है कि हमें अपनी अस्तित्व-रक्षा के लिए वनस्पति पर अधिक और माँस पर कम निर्भर रहना होगा।
६६. विश्व-विख्यात विभूतियाँ, जैसे/अरस्तू (३८४/३२२ ईपू), चार्ल्स डार्विन (१८०९-१८८२ ई), अल्बर्ट आइस्टाइन (१८७९-१९५५), लियो टाल्मटॉय (१८२८-१९१०), एच जी. वेल्स (१८६६-१९०६), जॉर्ज बर्नार्ड शॉ

विश्व-विख्यात शाकाहारी दार्शनिक वैज्ञानिक साहित्यकार



अरस्तू



रोबर्ट चार्ल्स डार्विन



अल्बर्ट आइन्स्टाइन



लियो टॉल्स्टॉय



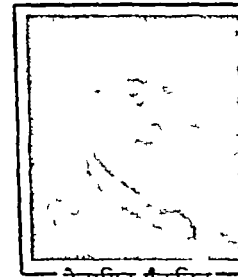
हर्बर्ट जॉर्ज वेल्स



जॉर्ज वनडि शॉ



महात्मा गांधी



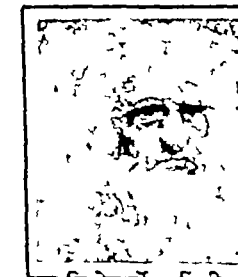
बेजामिन फ्रैंकलिन



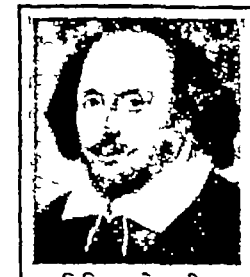
वाल्टेअर



सर आयजक न्यूटन



लियोनार्दो द विंची



विलियम शेक्सपीयर



पप्पी बिसे शेती



रवीन्द्रनाथ ठाकुर



म. ही. रामदास 'अज्ञेय'

(१८५६-१९५०), महात्मा गाँधी (१८६९-१९४८), अल्बर्ट स्त्राइत्जर (१८७५-१९६५), हेनरी डेविड थोरो (१८१७-१८६२), रेल्फ वाल्डो एमर्सन (१८०३-८२) रिचर्ड वेग्नर (१८१३-८३), बेजामिन फ्रेकलिन (१७०६-९०), वॉल्टेअर (१६९४-१७७८), सर आयज़क न्यूटन (१६४२-१७२७), लियोनार्दो दा विंची (१४५२-१५१९), विलियम शेक्सपीयर (१५६४-१६१६), वर्जिल (७०-१९ ई पू), होरेस (६५-०८ ई पू), प्लेटो (४२७-३४७ ई पू), पायथोगोरस (५८२-५०० ई पू), पर्सी बिसे शेली (१७९२-१८२२), रवीन्द्रनाथ ठाकुर (१८६१-१९४१), सच्चिदानन्द हीरानन्द वात्स्यायन 'अज्ञेय' (१९११-१९८७), इत्यादि सभी शाकाहारी थे। इनमे-से अधिकांश महापुरुष वैज्ञानिक, गणितज्ञ, दार्शनिक, महाकवि, कलाकार, साहित्यकार, चित्रकार और शिल्पी रहे हैं।

६७ . इधर के दशको में अमरीकी आहार में जो क्रान्तिकारी और रचनात्मक परिवर्तन हुआ है, वह आश्चर्यजनक है। १९६० ई के बाद तो अमेरिका में निरामिष आहार (मीटलेस मील) एक पारिवारिक शब्द बन गया है। वहाँ गाय और सूअर के माँस की खपत घट गयी है और साग-सब्जी की खपत में आशातीत वृद्धि हुई है। वास्तव में अब एक अमरीकी अपनी खुराक में ११ प्रतिशत सब्जियाँ और ७ प्रतिशत फल अधिक शरीक करता है।

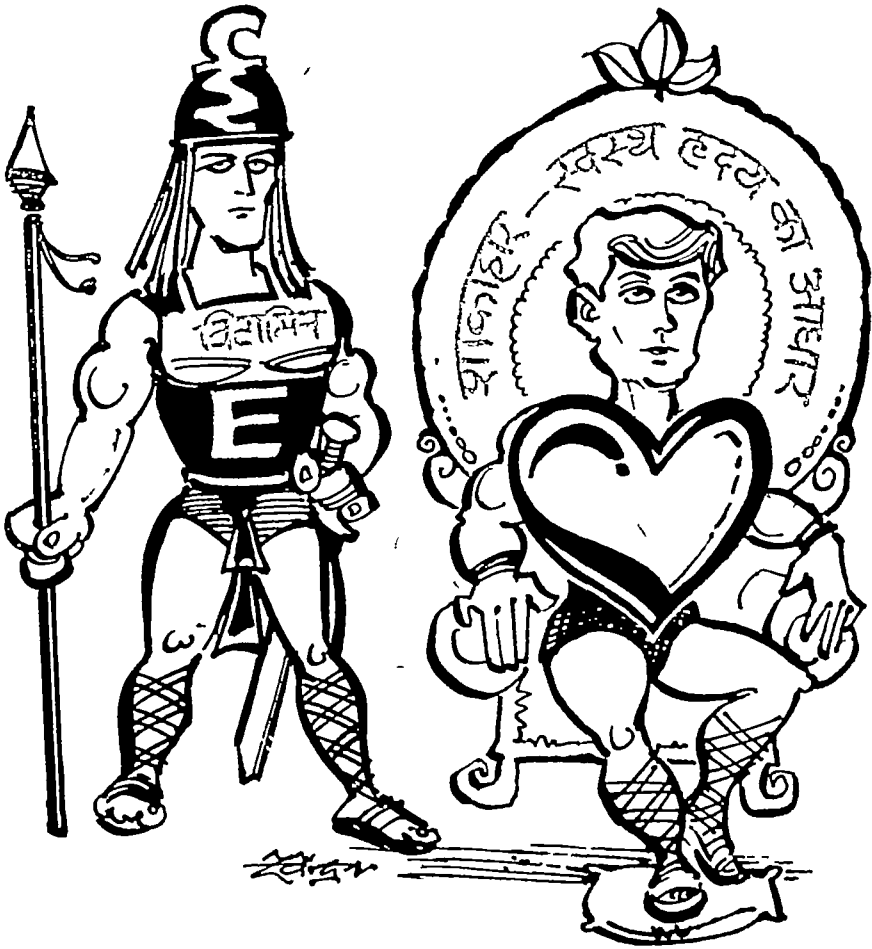
६८ . आरोप लगाया जाता है कि मनुष्य की दन्त-पाक्ति में कुत्ते-के-कर्तन-दन्त- (केनाइन टीथ)-की-तरह-के-दाँत भी हैं, लेकिन ध्यान रहे शेर-कुत्ते के दाँत की तुलना में ये बहुत छोटे हैं। इसके अलावा हमारे जबड़े मचल (मोबाइल) हैं, जो वानस्पतिक आहार को चबाने-पीसने के काम आते हैं। हमारे मुख में कार्बोहाइड्रेट्स को पचाने के लिए क्षारीय लार (अल्केलाइन सलाइवा) की व्यवस्था है जबकि माँसाहारी जीव-जन्तुओं में अम्लता (एमिड्स) अधिक है, जिसका होना माँस-पाचन के लिए ज़रूरी है। इसके अतिरिक्त मनुष्य की आँते मासाहारी



जीव-जन्तुओ की आँतो की तुलना मे अपेक्षाकृत लम्बी हैं, जो वानस्पतिक आहार के पाचन के अनुरूप हैं। यद्यपि ये शुद्ध शाकाहारी जीव-जन्तुओ की आँतो की तुलना मे उतनी लम्बी नही हैं, तथापि यह निर्विवाद है कि इनकी रचना मूलत शाकाहार के लिए है।

६९. नृतत्वशास्त्रियो (एथ्रोपोलॉजिस्ट्म) का निष्कर्ष है कि प्रागैतिहासिक यूरोप मे युद्ध एक सामान्य वृत्ति हो गयी थी। मनुष्य की जुझारू वृत्ति की शुरुआत उमके द्वारा भोजन के लिए पशु-पालन से हुई। इससे यह स्पष्ट है कि शान्तिप्रिय और अनाक्रमक जीवन-निर्वाह मे मामाहार एक बहुत बडी बाधा है। मामाहार मे निरर्थक क्रोध आता है, और शत्रुता की भावना जकड लेती है।

विशेषतः अनाज के बीजाकुरो में निर्मित तेलो में, तथा वनस्पतिज तेलो में। पता लगाया गया है कि विटामिन-ई ऑक्सीजन की मौजूदगी में, सवेदनशील विटामिन ए और सी के भण्डारण की रक्षा करता है। अनुसंधान करने वालों का निष्कर्ष है कि ऑक्सीजन-रक्षण/संतुलन/समायोजन की विशेषता के कारण विटामिन-ई का उपयोग प्रजनन, रक्त-संचरण, और

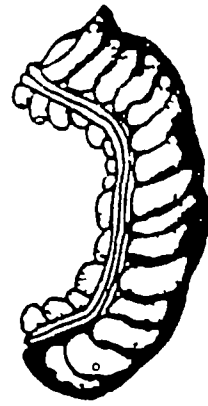


सध्वात-के-उपचार में बहुत प्रभावी सिद्ध हुआ है। यह मानना भी तर्कसंगत है कि हृदय, जो कोशिकाओं को निरन्तर ऑक्सीजन पंप करता है, यदि यह क्रिया विटामिन-ई की मौजूदगी में करता है तो ऑक्सीजन अधिक चलता है, अतः हृदय-रक्षक (हार्ट-सेवर) के रूप में इसका काफी महत्त्व है। यह माँसाहार में नहीं है।

- ७८ इधर हुई ताजा खोजो से विदित हुआ है कि (१) विटामिन-ई का युवावस्था जैसी ताजगी और उमग, जीवन्तता और स्फूर्ति से घनिष्ठ सबन्ध है, (२) शरीर मे होने वाली अपरिहार्य क्षतियों को रोकने के लिए अन्य विटामिनो की अपेक्षा इस विटामिन की अधिक आवश्यकता है। ई शाकाहार मे सहज उपलब्ध है।
७९. मांस-जनित रोगो की उत्पत्ति का कारण उसे सद्रूपण से बचाने के काम मे आने वाले बोरिक तथा बेजॉइक एसिड (अम्ल) जैसे रसायन हैं। सद्रूपित मांस-जनित जीवाणुओ से बोविन टीबी, ब्रूसेलोसिस, साल्मोनेला और शीगेला जैसे छुतहे रोग हो जाते हैं। सूअर के मांस से ट्रिचिनेल्ला स्पिरेलिस तथा टेनिया सोलियम फीता-कृमि एव गौमांस से टेनिया सेगीनाता फीता-कृमि जैसे रोग हो जाते हैं।
- ८० शिशुओ, किशोरो और प्रौढो मे अण्डो के प्रति एक सहज अतिसवेदनशीलता (एलर्जी) होती है, फलस्वरूप आर्टीकेरिया (पित्ती) तथा अस्थमा (दमा) जैसे रोग हो जाते है। ऐसे तमाम अतिसवेदनशील व्यक्तियो को अपने दैनदिन आहार मे-से न सिर्फ अण्डो को बल्कि उनसे बनने वाली वस्तुओ (बिस्किट्स, कैक इत्यादि) को हटा देना चाहिये।
८१. मनुष्य और मांसाहारी जीव-जन्तुओ की बनावट मे एक मूलभूत अन्तर है। मनुष्य की आंत आगे-पीछे/टेढ़े-मेढ़े कई मोड़-मरोड़ लेती अपने भक्ष्य पदार्थ को आगे ठेलती है। उसके मार्ग मे कई कैची-मोड़ आते है। उसकी बनावट काफी जटिल है। इसके विपरीत मांसाहारी प्राणियो की आंते सरल-सीधी/साफ-सपाट होती है। उनमे घुमाव या मोड़ नही होते, फलस्वरूप उनकी पारण-अवधि (ट्राजिशन टाइम) मनुष्य की आंतो की पारण-अवधि से कम होती है। मांसाहारी जीव-जन्तुओ की आंते कोलेस्टेरोल और वसा (चर्बी) को नियन्त्रित करने मे समर्थ होती है। उन्हे अपने भक्ष्य पदार्थ को आगे ठेलने मे तन्तुओ (रेशो/फायबर्स) की आवश्यकता नही पडती।



माँसाहारी की आँत का एक प्रतिनिधि भाग



मनुष्य की आँत का एक प्रतिनिधि भाग

८२. ट्यूबिन्जन (पश्चिम जर्मन) के प्रोफेसर गासलेन ने केशिकाओ (केपिलरोज़) के घनत्व (डेसिटी) को ले कर एक आहार-सबन्धी प्रयोग किया। उन्होने अपने दो विद्यार्थियों को ३० ग्राम ब्रेड और नीबू-पानी के साथ प्रतिदिन १,५०० ग्राम माँस के विविध व्यजन खिलाये। दस दिन बाद उन्हें पता लगा कि माँसाहार के कारण उन छात्रों के केशिका-घनत्व को उल्लेखनीय क्षति पहुँची है। बोन के प्रोफेसर बर्जर के अनुसार केशिका-घनत्व को बरकरार रखने के लिए आहार में ताज़ा साग-सब्जी और फल अत्यन्त आवश्यक हैं।

८३. बर्तानिया के राज-चिकित्सक मेजर जनरल सर रॉबर्ट मेक्केरीसन ने सन् १९३९ में कश्मीर के हुजाओ के बीच रह कर काम किया। हुजा जाति दीर्घायु और अच्छे स्वास्थ्य के लिए विश्व-विख्यात है। उसके आहार में मुख्यतः चोकर-युक्त अनाज, ताज़ा फल, साग-सब्जियाँ, और बकरी का दूध होता है। डॉ. मेक्केरीसन ने लिखा है कि मुझे हुजाओ में बदहजमी, आमाशय अथवा ग्रहणी (ड्युओडीनल) का व्रण (अल्सर), उपान्त्र शोथ (एपेडिसाइटिस), कोलन-की-सूजन (कोलाइटिस) अथवा कैसर जैसा कोई रोग नहीं मिला। ये लोग उदरशूल, थकान, तनाव, चिन्ता, अथवा सर्दी-जुकाम आदि से लगभग अपरिचित हैं।

८४. ध्यान रहे, शारीरिक अथवा बौद्धिक ओज (विगर), शक्ति, और ऊर्जा के लिए माँसाहार आवश्यक शर्त नहीं है। ये तथ्य, कि सर्वाधिक बलशाली पशु हाथी, अरना (जगली भैसा/बायसन), दरियायी घोडा (हिप्पोपोटेमस) और द्रुतगति से दौड़ने वाले पशु (घोडे, हिरण आदि) पूरी तरह शाकाहार पर जीते-पनपते है, और पूर्व तथा पश्चिम के गभीर/मनीषी चिन्तक एव दार्शनिक सभी माँसाहार से परहेज करते रहे हैं, माँसाहार का अप्राकृतिक होना सिद्ध करते हैं। शाकाहारी पहलवान, ग्रीक मेरेथोन (लम्बी दौड़)-धावक, नये तैराक, भारोत्तोलक (वेटलिफ्टर्स), कुश्तीबाज, साइकिल-धावक आदि ने यह कर दिखाया है कि शरीर-की-शीर्ष क्षमता वधशाला-के-माँस से नहीं खेत-खलिहान/बाग-बगीचो की साग-सब्जियो से सभव है।
८५. भारत ही नहीं विश्व मे अपनी गौरवशाली परम्पराओ के लिए प्रसिद्ध बॉम्बे हॉस्पिटल (बम्बई) मे रोगियों को उसके स्थापना-काल से ही शाकाहारी भोजन परोसा जाता है। अस्पताल के विशेषज्ञो ने 'रोल ऑफ वेजीटीरियन डायट इन हेल्थ एंड डिजीज' (१९८९) मे ऐसे दस्तावेजी अनुभव और विवरण प्रस्तुत किये हैं जिनसे पता चलता है कि शाकाहार द्वारा कई गभीर रोगो से बचा जा सकता है। उपर्युक्त पुस्तक 'बॉम्बे हॉस्पिटल इस्टीट्यूट ऑफ मेडिकल साइसेज' ने प्रकाशित की है।
८६. जो लोग माँसाहार करते है वे अक्सर ग्रासनली (ईसॉफेगस) के कैंसर के शिकार हो जाते हैं। शाकाहारी इस गभीर रोग से इसलिए बचे रहते हैं चूँकि ताजा फलो, साग-सब्जियो, विशेषत आवला, नीबू आदि, मे विटामिन 'सी' होता है। विटामिन 'सी' कैंसर-प्रतिरोध मे एक अच्छा कवच सिद्ध हुआ है।
८७. माँसाहार के रेशायुक्त न होने के कारण उससे केरीज (दाँतो मे सड़ाँद और उनका क्षीण होना) नामक रोग हो जाता है। शाकाहार के रेशा-विपुल होने के कारण वह लार-के-प्रवाह को



उन्नत रखता है तथा फलस्वरूप पाचन को आगे बढ़ाता है। वह केरीज को रोकता है। अस्थिक्षय से भी वह शरीर की रक्षा करता है।

८८ माँसाहारियों में हायटस हर्निया (ग्रासनली और आमाशय के बीच की प्राचीर से आँत का उभार) का उत्पात प्रायः देखा जाता है। यद्यपि अभी इसका निश्चित कारण अज्ञात है तथापि कहा जाता है कि शाकाहार में— विशेषतः उसके स्वाभाविक रूप में—वसा (चर्बी) बहुत कम होती है अतः आमाशय के रिक्त होने में अधिक समय नहीं लगता। इसके विपरीत माँसाहार में वसा के अधिक होने के कारण आमाशय जल्दी खाली नहीं होता और डायफ्राम (मध्यच्छद) पर लगातार भारी दबाव पड़ता है, फलस्वरूप हायटस हर्निया हो जाता है।

८९ आँते परजीवियों (पेरेसाइट्स) की घर होती है, जिनमें टेनिया सेगीनाटा और टेनिया सोलियम परजीवी भी होते हैं। ये दोनों माँसाहारियों की आँतों में ही पाये जाते हैं। शाकाहारियों की आँतों में इनकी उत्पत्ति नहीं होती। इनकी उपस्थिति में तरह-तरह के भयंकर रोगों की आशंका बनी रहती है।

१०. एमीबिएसिस और जिआर्डिएसिस से भिन्न, क्रॉनिक अल्सेरेटिव्ह कोलाइटीज़ 'जीवन-भर चलने वाली खूनी सग्रहणियाँ' है। पहली दो सग्रहणियाँ तो औषधियों से ठीक हो जाती हैं, किन्तु 'क्रॉनिक अल्सेरेटिव्ह कोलाइटीज़' का कोई इलाज नहीं है। यह बीमारी माँसाहारियों को ही अधिक होती है। चूँकि शाकाहार में रेशे होते हैं, अतः शाकाहारी प्रायः इस रोग से बचे रहते हैं।

११. यह तथ्य काफी दिलचस्प है कि पित्ताशय-मे-पथरी (गॉल-स्टोन्स) का रोग माँसाहारियों में अधिक और शाकाहारियों में नगण्य होता है। वस्तुतः चिकित्सक पित्ताशय-की-पथरी के रोगियों को रेशायुक्त आहार लेने की अनुशंसा करते हैं ताकि भविष्य में पथरी न बने। पित्ताशय में होने वाली पथरियों के तीन प्रकार हैं—कोलेस्टेरोल पथरी, वर्णक पथरी, मिश्रित पथरी। माँसाहारियों में अग्न्याशय (पैक्रियाज) के कैंसर का खतरा भी बना रहता है।

१२. हाल में हुए अध्ययनों और अनुसंधानों से पता चला है कि आहारिय वसा (चर्बी) और पुरस्थग्रन्थि (प्रोस्टेट) के कैंसर में अन्तःसंबन्ध है। अमेरिका में हुए सर्वेक्षणों का निष्कर्ष है कि जहाँ गोमाँस की खपत अधिक है वहाँ पुरस्थग्रन्थि (प्रोस्टेट) का कैंसर अधिक पाया गया है।

१३. नर-वानर (प्रायमेट्स) की तरह मनुष्य की छोटी-बड़ी आँतें शरीर की लम्बाई की लगभग तीन गुना होती हैं, जबकि माँसाहारियों की आँतें उनके शरीर की लम्बाई की लगभग दस गुना होती हैं। माँसाहारियों का यकृत (लीवर) तथा उनके गुर्दे (किडनीज़) भी अनुपात में अपेक्षाकृत बड़े होते हैं ताकि वे नाइट्रोजनिक अपशेष (नाइट्रोजनिक वेस्ट), जो माँसाहार का अवशेष होता है, से निबट सकें। ध्यान रहे, माँसाहारियों का यकृत उच्चवमायुक्त माँसाहार से निबटने के लिए आँतों में अधिक पित्त पैदा करता

है, इस तरह कुल मिला कर मनुष्य का पाचनतन्त्र माँसाहार के उपयुक्त नहीं है।

९४. माँस-मछली खाना अन्ततः ऊतको (टिसूज) में अम्लता (एसिडिटी) बढ़ाता है— अण्डे इस स्थिति को और बदतर बना देते हैं, जबकि दूसरी ओर इतना ही दूध और फलाहार शरीर में क्षारीय तत्त्व (अल्केलिनिटी) को सुरक्षित रखते हैं। इस सतुलन से पाचन-तन्त्र की कई गड़बड़ियों से बचा जा सकता है।

९५. आहार की विषाक्तता (फूड-पॉइजनिंग) की सत्तर प्रतिशत घटनाओं के लिए माँसाहार उत्तरदायी है। प्रशीतित चूजे (फ्रोजन चिकन), तुर्की, और माँस का कीमा या कोफ़ता इसके लिए सबसे अधिक कुसूरवर है। डॉ थॉम्पसन का कहना है कि शरीर-विज्ञानियों में इस तथ्य पर कोई विवाद नहीं है कि मनुष्य को शाकाहारी ही होना चाहिये।



९६. इन अध्ययनों का दावा है कि माँसाहार स्वास्थ्य के लिए हानि पहुँचाने वाला है— रौस, आई एल, बी के आर्मस्ट्रांग, एल जे

बीलिन एड आर वेडोजीन १९८३ जनवरी १/८, एफ आर एलिस एड टी सैडर्स १९७७ कोर्ड, एफ, १९७९ मई १, सी पी लूकास एड एल पाँवर १९८१, एल लिडवेल, ए स्टेनरेम एड पी ए ओकरमैन १९८४, डब्ल्यू जी रॉबर्टमन, एम पीकाँक, पीजे हेवर्न, एफ ए हेंस, ए रूदरफार्ड, एड ई क्लीमेस्टन १९७९। उपर्युक्त अध्ययनो का माराश है कि यदि आप अपने आहार में मांस, अण्डा, मछली, सुअर-की-चर्बी अथवा अन्य पशुजनित उत्पाद शामिल किये हुए हैं तो व्यर्थ ही आप अपने स्वास्थ्य को खतरे में डाल रहे हैं।

१७. महामारी-विज्ञान (एपिथेमिओलॉजी) सबन्धी अध्ययनो से पता चला है कि पशुजनित प्रोटीन और पशुजनित वसा (चर्बी) का छाती और बड़ी आँत (कॉलन) के कैंसर से आनुपातिक सबन्ध है।

१८. रेफ्रीजरेटरो में आहार को सुरक्षित रखने की भी अनेक सीमाएँ हैं। इससे कई खतरे पैदा होते हैं। यदि रेफ्रीजरेटर में मांस या अण्डे रखे हैं तो एटीबायोटिक प्रतिरोधी सूक्ष्म जीवाणुओं से सद्दूषण (कटेमिनेशन) का खतरा काफी बढ़ जाता है। दूध और उमके उत्पादों में यह खतरा उतना अधिक नहीं है बशर्ते सबन्धित वर्तनों (पात्रों) को पूरी सावधानी से बद किया जाए।

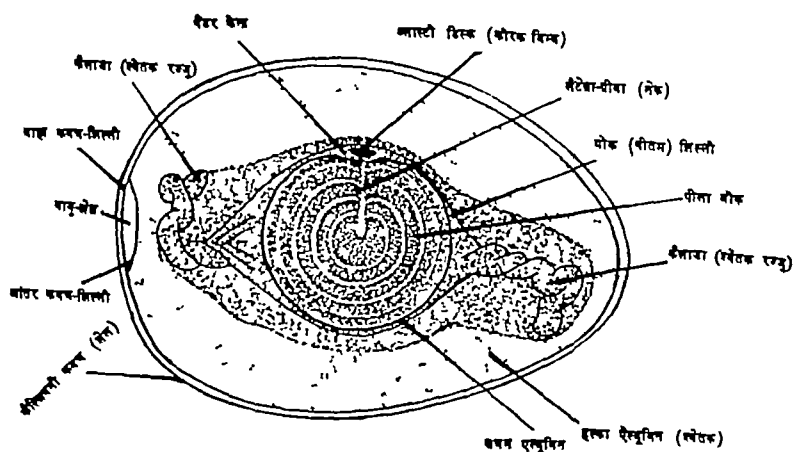
१९. शाकाहार में बी-१२ के न होने की शिकायत प्रायः की जाती है, किन्तु इस तथ्य को सभवतः बहुत कम लोग जानते हैं कि मांसाहारियों में बी-१२ को सोखने की क्षमता कम होती है। अन्य शब्दों में— यदि एक मांसाहारी १० माइक्रोग्राम बी-१२ विटामिन प्रतिदिन लेता है तो वह उममे-मे मिर्फ १६ प्रतिशत को ही अवशोषित कर पाता है जबकि एक शुद्ध शाकाहारी (वीगन) अपनी खुराक में आधा माइक्रोग्राम ही लेता है, किन्तु वह उसका ७० प्रतिशत मोख लेता है।



१०० अमेरिका में तम्बाकू, शराब, और नशीली वस्तुओं के बाद मृत्यु का सबसे बड़ा कारण माँसाहार है। आज से लगभग तीस साल पूर्व 'जर्नल ऑफ अमेरिकन मेडिकल एसोसिएशन' ने अपने एक संपादकीय में यह निष्कर्ष प्रकाशित किया था कि शाकाहार खून के थक्के के जमाव (थ्रॉम्बो-एम्बोलिक रोग) से ९० प्रतिशत और धमनी-मार्ग-के-अवरोध (कारोनिरी आक्लूजन्स) से ९७ प्रतिशत बचाव कर सकता है (शार्फनबर्ग १९६१)।



अण्डे को शाकाहार कहना बहुत बड़ा धोखा



अण्डा मासाहार है

ऊपर आप एक चित्र देख रहे हैं, जिममे अण्डे की बनावट को स्पष्ट किया गया है, बताया गया है कि वह काफी जटिल है और मनुष्य कोशिश करने पर भी उमकी रचना नहीं कर सकता। प्रकृति आज भी मनुष्य के लिए एक बहुत बड़ी चुनौती है।

एक पूरे अण्डे में पीतक (योक) का बहुत बड़ा भाग होता है। इसे अति-पीतक (पॉलीलेसिथल/ मेगालेसिथल) कहते हैं। साइटोप्लाज्म (कोशिका-तरल) जो ब्लास्टोडिस्क/जर्मिनल डिस्क (जनन-विन्दु) में पाया जाता है, जीव-युक्त होता है। अण्डा फिर चाहे वह निपेचित (फर्टिलाइज्ड) हो या अनिपेचित (इन्फर्टाइल) उसमें जीवनाश होता है, यह बात अब कोई कल्पना नहीं है, बल्कि विज्ञान द्वारा साबित एक ठोस मत्य है।

यह प्रचार कि अनिपेचित* (इन्फर्टाइल या मुर्गी के द्वारा न सेये गये) अण्डे में जीव नहीं होता है, पूरी तरह गलत है। पार्थेनोजेटिक्म (अनिपेक-जनन-विज्ञान) में सिर्फ अनिपेचित अण्डों पर ही विचार किया गया है। पार्थेनॉकार्पी का अध्ययन जिन्होंने किया है वे बता सकते हैं कि अनिपेक जनन होता है, अतः अण्डे को शाकाहार कहना एक व्यावहारिक कपट है। 'शाकाहारी अण्डा' एक मिथ्यानाम (मिसनॉमर) है।

सन् १९६१ में 'यूनीसेफ' ने एक पुस्तिका प्रकाशित की- *हैंडबुक ऑफ पीट्री ऑफिसर्स इन इंडिया* जिसमें उमने अण्डों को लोकप्रिय बनाने के लिए अनिपेचित

* देखें *द सीक्रेट साइफ ऑफ प्लांट्स*, पैग्विन बुक्स- १९७४, पृष्ठ २६, अनिपेचित अण्डों के बारे में बनस्पति-विज्ञानी स्वीव बेस्टर के अनुभव।

(इन्फर्टाइल) अण्डे (वेजीटेरियन एग) जैसा मिथ्यानाम दे कर भारत को शाकाहारी समाज में एक भ्रम फैला दिया। वास्तव में यूनोसेफ-जैमी उत्तरदायी मस्था को यह काम नहीं करना था, किन्तु बदकिस्मती से यह हुआ और कई लोग अण्डों से उत्पन्न अनेक गंभीर बीमारियों के शिकार हुए। आज भी उस अभिशाप को भोगा जा रहा है। अण्डे का उपर्युक्त चित्र मारी कहानी को विस्तार में कह रहा है।

चित्र की दाहिनी ओर वायु-क्षेत्र बताया गया है। यह बहुत महत्वपूर्ण है। यह क्षेत्र अण्डे की दो कवच-झिल्लियों को अलग करता है और भ्रूण को श्वासोच्छ्वास की सुविधा देता है। यह भ्रूण को बाहरी दुनिया से जोड़ता है। यह सभी अण्डों में होता है। इसी तरह अण्डे के ऊपरी भाग में बीचोबीच एक छोटी रक्षावी (प्लास्टोडिस्क/ जमिनल डिस्क/ जनन-बिम्ब) होती है। अण्डे के गर्भ से बाहर आते ही इसमें विदलन (क्लीवेज) शुरू हो जाता है। कैलाजा (श्वेतक रज्जुओं) को देखें। यह गर्भ-मे-स्थित अण्डवाहिनी में अण्डे के घूमने से बनती है और अल्यूमनी द्रव में अण्डे को बीचोबीच बनाये रखती है। किसी भी अण्डे की रचना में जब हम इन तीन स्थितियों की समीक्षा करते हैं, तब यह शत-प्रतिशत सिद्ध हो जाता है कि अण्डा, फिर वह किसी भी जीव का हो सजीव (जीवन-युक्त) होता है। इस तरह विज्ञान की नजर में भी 'अण्डे को शाकाहारी कहना' एक बहुत बड़ी झूठ है।

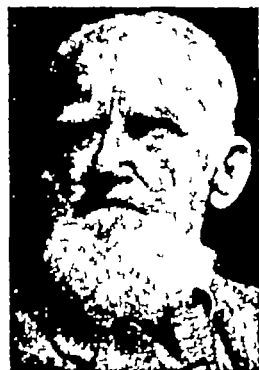
वात सन् १९७१ की है।

मिश्रीगन यूनिवर्सिटी (अमेरिका) के वैज्ञानिकों ने यह मिथ्य किया कि मसूर का कोई अण्डा निर्जीव नहीं है, फिर चाहे वह निषेचित (सेया गया) हो अथवा अनिषेचित।

इसी वर्ष श्री फिलिप जे स्केम्बल ने पोल्ट्री फीड्स एंड न्यूट्रीशन शीर्षक में एक पुस्तक लिखी, जिसके १५ वे पृष्ठ पर माफ-माफ कहा गया है कि अनिषेचित (इन्फर्टाइल) अण्डे भी जीव-युक्त होते हैं। वैज्ञानिक स्केम्बल के शब्द हैं- 'अण्डा बहुत नाजुक होता है। वह प्रतिकूल वातावरण के प्रति भी मवेदनशील होता है। वस्तुतः अण्डे की उत्पत्ति वच्चे के सृजन के लिए होती है, मनुष्य की सुराक के लिए नहीं। अण्डे में हवा के आने-जाने की नैसर्गिक व्यवस्था है। सफेद खोल के अन्दर बने सूक्ष्म छिद्रों में हो कर ऑक्सीजन अन्दर जाता है और जरदी की भाँप कार्बन-डायोक्साइड को बाहर फेकती है, जिससे अण्डे का भ्रूण जीवित रह कर विकसित करता है। यही वात अनिषेचित (अनफर्टिलाइज्ड) अण्डों पर भी लागू होती है।

श्वामोच्छ्वास जीवन की निशानी है और जब भी यह अवरुद्ध होता है, अण्डा मड जाता है। वैज्ञानिक तमाम अण्डों में जीव मानते हैं, अतः जो लोग ऐसा नहीं मानते वे ताजा रगोजो की अनदेखी करते हैं। वस्तुतः अण्डा गर्भरम है, अतः उमें शाकाहार के अन्तर्गत गिनना-गिनाना एक बहुत बड़ा धोखा है और अपने स्वार्थ के लिए फैलायी जाने वाली भयानक भ्रान्ति है। □ □

इस तरह जनमती है क्रूरता अपनी संतान — युद्ध



"We are the living graves of murdered beasts
Slaughtered to satisfy our appetites
Never pause to wonder at our feasts
Criminals like man, can possibly have rights
We pray on Sundays that we may have light,
To guide our footsteps on the path we tread
We are sick of war, we do not want to fight
The thought of it now fills our hearts with dread
Aye we gorge ourselves upon the dead"

"Like Carrion crows we live and feed on meat
Regardless of the suffering and pain
Cause by doing so If thus we treat
Inceless animals for sport or gain
Can we hope in this world to attain
Peace we say we are so anxious for
Pray for it over hecatombs of slain
God while outraging the moral law
Cruelty begets its offspring WAR"

—George Bernard Shaw

"हम हैं बत्ल बिये गये जानवरों की
जिन्दा बच्चे
उन जानवरों की जिन्हे हमने अपनी भूस मिट्टाने के लिए
बत्ल बिया-मीत के घाट उतारा
हम अपनी शानदार दाबतों पर नहीं रखते।
यदि मनुष्य की तरह पशुओं को भी अधिनार होते नहीं
तो—

हम रविवारों को रोगिनी के लिए प्रार्थना करते हैं
तानि:

हमें दिसायो दे वह रास्ता जिस पर हमारे बदन हो।
हम जब चुने हैं 'युद्ध' से
हम जूझना नहीं चाहते
अब 'युद्ध' ना सयाल ही हमारे दिलों को आशवा में
भर देता है।

और

और फिर भी हम लागे ठूसते हैं सुद में।

"सडे-गले मास पर हर्षध्वनि करते बीओ की तरह
हम बसर करते हैं जिन्दगी और सात है मास

अनजान/अपरिचित उस घास और पीडा में जो हम
पशुओं को पहुँचाते हैं।

यदि उन निहत्थे/निरीह पशुओं के साथ अपने मनोरञ्जन या
फायदे

के लिए हम ऐसा सतून करते हैं

तो हम इस विश्व के लिए उम प्रान्ति की आया बँभे कर
नबने हैं

जिसकी हम चर्चा करते हैं और जिमन लिए चिन्तित है
और जिमके लिए

नैतिक मानूनों का उल्लंघन करते हुए हम बन्न बिये गये
पशुओं

की इद्रियों के डेर पर सड प्रार्थना करते हैं प्रभु में?
इस तरह जनमती है क्रूरता अपनी मनान-युद्ध ! !

—शॉर्क बर्नार्ड

□ मयुवन राष्ट्र, ७ फरवरी (एपी)

रगत के एक उपनगर में फिलिस्तीनी
भरतपायिया ने बुरमरी से बजने के लिए
मुन्त्रिम नेताओं से प्जाजत मांगी है कि
उठे नर-मान साने दिया जाए।

□ नूतत्वशास्त्रियों का निर्यर्थ है कि
प्रागैतिहासिक यूरोप में युद्ध एक सामान्य
वृत्ति हो गया था। मनुष्य को जुआर
बलि को पुरजात जगरे द्वारा भोजन के
लिए पशु-पालन से हुई। इसने यह स्पष्ट है
कि शान्तिप्रिय और अनाश्रनर
संजन-आसन में मात्साहार एक ब्रूत बडी
बाधा है। मात्साहार से निर्यर्थ शोध आता
है और पशुता को भावना तन मन को
रख लेती है।

मांस खाना बंद करे

कुछ समय पूर्व मैंने तुला (टॉल्मटॉय का गृह-नगर/रूम) के कत्लखाने को देखने का निश्चय किया।

एक रहमदिल/दयालु दोस्त को मैंने अपने साथ चलने के लिए कहा, किन्तु वह यह कह कर इकार कर गया कि वह पशुओं को कत्ल होता वर्दाशित नहीं कर सकेगा। ध्यान दे, कि मेरा यह दोस्त खुद शिकारी है और पशु-पक्षियों को मारता है।

और एक मुमस्कृत महिला इस विषयाम मे कि वह जो भी कर रही है उचित कर रही है, कत्ल किये गये इन जानवरों की लोथे (लाशे) निगल जाती है, किन्तु उसमे यह दुविधा बनी रहती है कि एक तो वह इतनी नाजुक है कि सिर्फ शाकाहार पर जीवित नहीं रह सकती, दूसरे वह इतनी संवेदनशील भी है कि न तो वह पशुओं को प्रताडित कर सकती है और न ही कत्ल के पीडादायी क्रूर दृश्यों को देख सकती है।

मैं कहना यह चाहता हूँ कि लोगों को सदाचार के लिए मांस खाना बंद कर देना चाहिये।

—टॉल्मटॉय



मैंने कत्लखाना देखने का निश्चय किया

Some time ago I decided to visit the slaughter-house at Tula and meeting a meek, kind acquaintance of mine, I invited him to accompany me. My friend refused, he told me, bear to witness the slaughter of animals. It is worth remarking that this man is a sportsman and himself kills animals and birds.

And a kind refined lady will devour the carcasses of these animals with full assurance that she is doing right, at the same time asserting two contradictory propositions

First that she is so delicate that she cannot be sustained by vegetable food alone, secondly, that she is so sensitive that she is unable, not only herself to inflict suffering on animals but even to bear sight of the suffering.

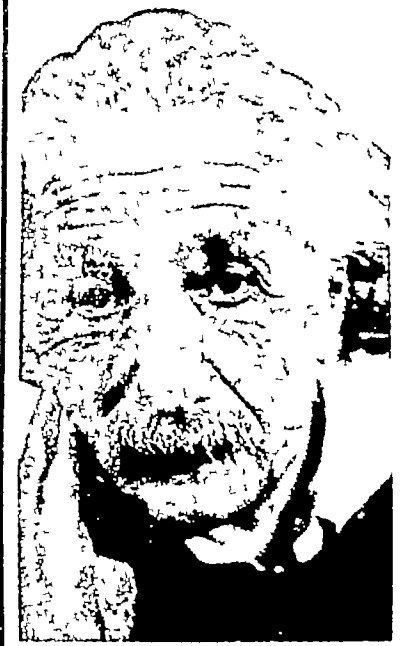
What then, do I wish to say? That in order to be moral people must cease to eat meat

—Tolstoy

इस पुस्तक को सही हाथों में पहुँचाकर देश में हिंसा के तेजी से बढ़ते कदम रोकिये।



गुओ का कत्स भारत के
प्रथतन्त्र का कत्स है
Slaughtering animals is
Slaughtering Indian
economy



जब हम खुद मृत प्राणियों की जीती-जागती कब्रें हैं, तब फिर हम इस दुनिया में किन्हीं आदर्श स्थितियों की कल्पना कैसे कर सकते हैं?

—जॉर्ज अल्बर्ट आइन्स्टाइन

यह धरती हमारी माता है, सिर्फ हमारी ही नहीं, उनकी भी जो बोल नहीं सकते; किन्तु जो उसे अपनी लीलाओं और अपनी सर्जनात्मक भूमिकाओं से धन्य करते हैं। विश्व एक कुटुम्ब है, जिस पर खरबों-खरब जीवधारी सांस लेते हैं। क्या हम इस व्यापक कौटुम्बिकता का अहसास नहीं करना चाहेंगे? क्या कोई समझदार व्यक्ति अपने कुटुम्बियों की हत्या करना चाहेगा? नहीं; तो फिर हम क्यों खोल रहे हैं यान्त्रिक/आधुनिकतम क्रुत्लखाने अपनी इस सरजमीं पर जो गौतम की है, गांधी की है, संतो की है, ऋषि-मुनियों की है? क्या इनके बगैर हम वरिद्र हो पड़ेंगे?

हम क्यों पागल हो गए हैं अपना मांस बेच कर डॉलर कमाने के लिए? क्या कोई अपनी माता की सपन्नता/उर्वरता बेच कर उसे बंजड़/बाँझ करना पसंद करेगा? क्या कोई अपनी आत्मा का सौदा कर सिर्फ ककाल रह जाना चाहेगा? यही हो रहा है हमारी पलकों-तले और हम बेखबर हैं। जिन जीव-जन्तुओं का मांस हम निर्यात कर रहे हैं, वे शाकाहारी पशु हैं। इस धरती का घास-फूस खाते हैं और इसे अमृत-तुल्य खाद लौटाते हैं, अन्ततः वे मर कर भी इसके काम आते हैं, इसे उपजाऊ बनाते हैं।

—डॉ. नेमीचन्द्र

कत्लखाने: 900 तथ्या

डॉ. नेमीचन्द



हर सुबह देश के हजारो कत्लखानो से लाखो मूक-निरीह-निर्दोष पशुओ के लहू का जो दरिया वह निकलता है वह प्राण-रक्षा की करुण फरियाद लिये हिन्दुस्तान के लाखो-लाख ग्राम-नगरो से गुजरता है, लेकिन कोई नहीं मुनता उसमे प्रतिध्वनित बेआवाजो की पत्थर-तक-को-पिघलाने-वाली वह गुहार—न राष्ट्रपति, न प्रधानमन्त्री, न लोकसभा, न राज्यसभा, न यह पार्टी, न वह पार्टी। सब विदेशी मुद्रा की लुभावनी गिरफ्त मे नये यान्त्रिक कत्लखानो की इजाजत दे रहे हैं सिर्फ इसलिए कि अरब मुल्को की भोज-मेजो पर भारतीय पशुओ का मास परोसा जा सके। क्या आप सुन पायेंगे वह आवाज और दे पायेंगे उसे कोई साफ-सुथरा सकारात्मक जवाब?

हीरा भैया प्रकाशन इन्दौर

कल्लखाने भारी प्रदूषण फैलाते हैं। इन्हें साफ करने के लिए पानी की बेहद फिजूलखर्ची होती है। सिर्फ अल-कबीर कल्लखाना (खुदराम, आन्ध्रप्रदेश) प्रतिदिन १६ लाख लीटर पेयजल खर्च करता है, और उसकी सालाना जल-खपत ४८ करोड़ लीटर है। केन्द्रीय प्रदूषण-नियन्त्रण बोर्ड के एक ताजा अध्ययन के अनुसार साबरमती, सिन्धु-सतलज की सहायक नदियाँ, यमुना, सुवर्णरेखा, गोदावरी, कृष्णा, चम्बल, दामोदर, गोमती, काली, खान, क्षिप्रा, और हिंडोल नदियाँ बुरी तरह प्रदूषित हो चुकी हैं, तथा वैतरणी, भद्रा, ब्राह्मणी, तुंगा, कावेरी, ताप्ती, नर्मदा एव वेतवा प्रदूषण के कगार पर आ खड़ी हुई हैं। -नेशनल हेराल्ड, नई दिल्ली; २१, २७-१-१९९४।

आवरण-१/चित्र

यह है कल्लखाने का एक हृदय-विदारक दृश्य, जिसमें गोश्त-के-छीछड़ो और खून-के-पनालो के बीच खड़ा एक कुत्ता इंसान से शिकायत कर रहा है कि 'अर तुम कब मेरी विरादरी में शामिल हुए? मैं क्या नाकाफी था इस सबके लिए?' और निरीह पशु की लाश लटकी है मनुष्य के इस वर्वर वृत्य की गवाही भरती। झाड़ू भी कोने में खड़ी खून के आँसू बहा रही है।



'जब भी आप माम खाते हैं, दिल्ली के फेफड़े रोग-ग्रस्त होते हैं। अरावली की धूल दिल्ली-अचल पर उतरती है, और उसे बीमार करती है। दिल्ली का एसपीएम (सस्पेंड/सॉलिड पार्टिक्युलेट मैटर) स्तर दुनिया में दूसरे क्रम पर सर्वाधिक है।'

'क्या आप देश की हरी खोल की रक्षा करना चाहते हैं? क्या आप ऐसा कुछ करना चाहते हैं, जिससे हवा में ऑक्सीजन का परिमाण बढ़े और ताजा जल धरती के गर्भ में ठहरे? क्या आप ठीक से मांस लेना चाहते हैं? यदि हाँ, तो मांस खाना छोड़ कर इस सबकी आज ही शुरुआत करें।'

कल्लखाने १०० तथ्य, डॉ नेमीचन्द जैन, हीरा भैया प्रकाशन, प्रकाशन- तीर्थकर शाकाहार प्रकोष्ठ, द्वारा- हीरा भैया प्रकाशन, ६५, पत्रकार कॉलोनी, कनाडिया मार्ग, इन्दौर-४५२००१, मध्यप्रदेश, मुद्रक- नईदुनिया प्रिन्टरी, बाबू लाभचन्द छजलानी मार्ग, इन्दौर-४५२ ००१, चित्र- विश्वास जैन, इन्दौर, विनियोग परिवार, 'महाजनम्', मुम्बई, केअर, दिल्ली, यांत्रिक कल्लखाना विरोधी समिति, हैदराबाद, पहली बार- २१ अप्रैल १९९४, दूसरी बार- १४ मई, तीसरी बार- २१ मई १९९४, चौथी बार- २ अक्टूबर १९९४, पाँचवीं बार- ३ दिसम्बर १९९४, छठी बार- १ अगस्त १९९५, सातवीं बार- १६ दिसम्बर १९९५, आठवीं बार- मार्च १९९६, नवीं बार मई १९९७, हिन्दी तेलुगु और गुजराती में फूल प्रतियाँ - ७२,०००, मूल्य- दस रुपये। ISBN 81-85760-24-1 □□ अन्तर्राष्ट्रीय मानक पुस्तक संख्या ८१-८५७६०-२४-१



और ये बोटियाँ, ये पर - क्या इमानीयत के ताबूत पर अन्तिम खील नहीं हैं?

और यह धून-का-दरिया! किस दरिन्दे की कृपा है यह? क्या अब भी हम मांसाहार नहीं छोड़ेंगे? क्या हमारे हाथ कालखाने के इस गर्भ धून में लपपय नहीं है? क्या इन भूष-निरीह पशुओं का, जिन्होंने शताब्दियों तक हमारी सेवा की है, कर्ज़ हम इस तरह चुकायेंगे? क्या यह कृतघ्नता और विश्वासघात की पराकाष्ठा नहीं है? इस मृत पशु की आँसो में जो शेर तैर रहा है, उसे सुनिये - रो रहे हैं दोस्त मेरी साग पर बेइस्तिपार - ये नहीं दरियाफ्त करते किसने इसकी जान ली?

महाजनम् के सौजन्य से।



जिन्को का एक लम्बा जो देवदारु बन्तखाने के इर्द-गिर्द जंगल के छोड़ते तनाम रहा है। क्या इसका और जिन्ड में शो-रखोरी की होइ सग गनी है? किन्को शायर की से पस्तिनी किन्को मोउं है एन शानतावा पर -कुपे हैं बस्तिनी से बिपने जगस, हरिदे आरमो बन हर निन्ते है।

-महाजनम् के सौजन्य से।



वेआवाज लागो
की आवाज *

मेरे झूल के आँसू रोने से एक रक्त-समुद्र हिलोरे ले रहा है। काण! मेरी मुसीबत यही बल्म हो जाए परन्तु उम्मीद नहीं है अभी और देश क्या-क्या आगे



है मीजखन एक कुलजुमे-धूँ काया यही हो
आता है असो देखिये क्या-क्या मेरे आगे।

यदि देश सकते हो तो देखो कि इस वकरी के शत्रो मे दूध है और डमके मेमने घर पर इसकी प्रतीक्षा कर रहे है, किन्तु बदनिस्सती से अब इसी निस्सी



जगल-की-आग

देश में कल्लखानो-की-संस्कृति तेजी से पनप रही है। अंग्रेजों के जमाने में हमारे पशुघन पर जो जुन्म नहीं हुए, वे अब होने जा रहे हैं। तब कुल मिला कर ३०० कल्लखाने थे, आज ३६,०३१ कल्लखाने हैं। देश में आबादी हुआ, तब उसकी आबादी २७ करोड़ थी, आज लगभग ९० करोड़ है। आबादी का यह गर्भ विन्तु गम्भीर चिन्ता का विषय है। स्वतन्त्रता-प्राप्ति के समय भारत की पशु-संख्या ३६ करोड़ थी, आज ६ बमुश्किल १०-११ करोड़ है।

पूर्व प्रधान मन्त्री स्व. प. जवाहरलाल नेहरू ने अंग्रेजों के शासन-काल में लाहौर में कल्लखाना नहीं बने दिया। उन्होंने कहा - 'मैं कसाईखानों को विलुप्त नापसंद करता हूँ। मैं जब भी किसी बूचडखाने का पास में गुजरता हूँ, तब मेरा दम घुटने लगता है। वहाँ कुत्तों का झपटना और चील-कौओं का मंडराना प्रणाम्यद लगता है। पशु हमारे देश के धन हैं। इनके हानि का मैं कदापि पसंद नहीं करता।' सागर में (मध्यप्रदेश) जनता के कड़े रुझ और विरोध के कारण अंग्रेजों को घुटने टेकने पड़े, किन्तु आज हास्यास्पद यह है कि हम विदेशी मुद्रा की मृगतृष्णा में फँस कर अपनी पशु-संपदा पर बहर बरपा कर रहे हैं। हमने कल्लखानों की एक अत्यन्त क्रूर-वर्बर शृंखला को जन्म दे दिया है। सिर्फ दिल्ली में कत्तालों (बधिकों) की संख्या ५०,००० है। यह गम्भीर चिन्ता का विषय है।

मद्रासोनिम (बम्बई, २५-२६ सितम्बर १९९३) के अनुसार आज देश में ३६,००० सार्वजनिक बूचडखाने हैं। इनके अलावा ५ आधुनिक कल्लखाने, २ समन्वित कल्लखाने (मांस-समाधान, कन्न मृगत भेमां का) तथा २४ निर्यातानुस (एक्सपोर्ट ओरिएटेड) इकाइयाँ हैं।

देश में कल्ल दर है गोवरा १४५ प्रतिशत, भैंस पाडा ३४५ प्रतिशत, भेड ३२५ प्रतिशत, तथा बकरे-बकरियाँ ३५५८ प्रतिशत। यह सब पीडादायी तो है ही, देश की हिंसा, बर्बरता, क्रूरता, और बर्बादी की ओर धकेलने का षड्यंत्र भी है।

अल-बबीर एक्सपोर्ट्स लिमिटेड अरब देशों के गेटों का पेट भर रहा है। उनके चटखारों के लिए हमारी पशु संपदा को बेरहमी से काट रहा है। अल-बबीर कंपनी ने सन् १९८० में भिवडी (बम्बई) में एक पशुघन कल्लखाना बनाया था, जो एक पुष्प की बलि से भर घट हुआ। इतने पर भी कंपनी अपनी नांव हरकत से बाज नहीं आयी, और उसने ठीक ३० जनवरी १९८९ (गांधी पुष्प-निधि/शहीद दिवस) को आन्ध्रप्रदेश के रद्दारम ग्राम (हैदराबाद, मेदक जिला) में एक यात्रिक कल्लखाना स्थापित करने के लिए दरखालत दी, जिस पर आन्ध्रप्रदेश सरकार ने बर्बर थाना-पीछा देते लावडनोड में ४ मई १९८९ को दस्तखत कर दिये।

दावजूद मुबदमेबाजी के रद्दारम का यात्रिक कल्लखाना बगबारा है और प्रतिदिन ५०० भैंस-पाडे तथा लगभग २००० भेड-बकरियाँ काट रहा है। यह काम बह ८ घंटे की एक पान्ती में करता है। एक साल में यह बूचडखाना एक लाख भैंसी हड्डार भैंस-पाडे तथा नामग मान मान भेड-बकरियाँ काट डुंकेगा, किन्तु देश को जो दीर्घकालिक क्षति होगी तो तो ठीक, सम्प्रति यह सुनिश्चित है कि उसे अपने पाँच मानों में ८३२ करोड़ रुपये की विदेशी मुद्रा से हाथ धोना पड़ेगा और १,२३२५० लोगों की गेटों-गोनों अस्थिर हो जाएगी। स्थान पर, अल बबीर ने सिर्फ ३०० में ३५० लोगों को छाटा देने की बात कही है।

अल-बबीर एक्सपोर्ट्स लिमिटेड ने ६ जनवरी १९८९ को कहा था कि अल-बबीर कंपनी-मन्त्र के इन प्रस्तावों को शुरू करने में हमें प्रसन्नता है। हम सन् १९७६ में एक कल्ल निर्माण करवाए हैं। हमारा मुद्दा बर्बर संपूर्ण देशों में निर्माण के लिए आन्ध्रप्रदेश मान को प्राप्त करना और स्थापित करना है। हमने में जो

रिपोर्ट दी उसमे कहा गया कि भारत मे ७,५०,००,००० भैंस-पाडे हैं, जिनमे-से कत्ल के लिए ३,३०,००,००० भैंस-पाडो को चुना जाएगा।

देश मे अल-कबीर कपनी तो मास-व्यापार करती ही है, कई और ऐसे घटक हैं, जो यह धिनौना काम कर रहे हैं। पजाब मे चडीगढ के निकट पटियाला जिले के डेराबस्ती कस्बे मे आस्ट्रेलिया के सहयोग से पजाब मीट्स इडस्ट्री ने एक आधुनिक कत्लखाना बनाया है, जिसमे हर दिन २,००० पशुओ का बध होगा। तथाकथित विशेषज्ञो ने कहा है कि भारतीय मास की विदेशो मे खपत बढ़ाने के लिए यह आवश्यक है कि उसका उत्पादन अमेरिका और यूरोपीय देशो के मानदण्डो के अनुरूप किया जाए।

उधर बड़ौदा नगर निगम ने केन्द्र और गुजरात राज्य सरकारो के सहयोग से २ करोड रुपये की लागत से एक अद्यतन बूचडखाना खोलने का पक्का इरादा व्यक्त किया है। यद्यपि राज्य-भर मे, विशेषत बड़ौदा मे, इसका व्यापक विरोध हुआ है; किन्तु हमारे विशेष प्रतिनिधि के अनुसार अभी निगम-आयुक्त ने इसके स्थगन के कोई स्पष्ट सकेत नहीं दिये हैं। लगता है हिंसा और आर्थिक उदारीकरण के उन्माद मे सरकार वह सब करेगी जो देश को चिन्दा-चिन्दा करने के लिए जरूरी है।

ताज्जुब इस बात का है कि जहाँ एक ओर बूचडखाने खोलने की अनुमतियां धडाधड दी जा रही हैं, वहीं दूसरी ओर कृषि मन्त्रीजी पशु-ऊर्जा सम्मेलन मे कह रहे हैं कि 'किसानो के लिए ७० प्रतिशत ऊर्जा का स्रोत जानवर ही होता है। ७ करोड ४० लाख बैलो और ८० लाख भैंसो से प्रति वर्ष १० हजार करोड रुपये की ४ करोड हॉर्स पाँवर ऊर्जा प्राप्त होती है। मशीन यकायक इसका विकल्प नहीं बन सकती।'।

पीडावायी यह है कि हमारे देश मे कत्लखानो का सपूर्ण विवरण, नियन्त्रण, और सचालन कृषि मन्त्रालय के पास है। पशु-वध कृषि के अन्तर्गत वर्गीकृत है।

देश का आम आदमी निरक्षर/अशिक्षित है, अतः न तो वह आर्थिक धूर्तताओ और बारीकियो से वाकिफ है, और न ही उस आगामी कल को देख पा रहा है जो अन्धकारपूर्ण तथा निराशाजनक है। कल-के-देश-की-काली-गोद-मे कराहती भावी पीढ़ी के दुर्भाग्य की कल्पना भी शायद वह नहीं कर पा रहा है, जो अभिशापो की बोझिली गठरी अपने सिर पर लिये कराह रही होगी।

हम तो सिर्फ यह कह सकते हैं कि यदि इस सूत्र को ध्यान मे रख कर कि पशुओ का कत्ल भारत के अर्थतन्त्र का कत्ल है (स्ताॅटॅरिंग एनीमल्स इज स्ताॅटॅरिंग इंडियन इकाॅनाॅमी) हमने एक 'वध-शाला-विहीन' भारत के लिए प्रयत्न नहीं किया तो तय है कि इस देश की उर्वरता को लकवा मार जाएगा।

अन्त मे हम महाजनम् (वर्द्धमान सस्कृति धाम एव विनियोग परिवार, पेठेवाडी, जाम्बली गली, बोरीवली (पश्चिम), बम्बई-४०००९२); केअर(काइडनेस टू एनीमल्स एड रेस्पेक्ट फॉर एन्वायरौमेन्ट, एम-३९ मैन मार्केट, ग्रेटर कैलाश पार्ट-१, नई दिल्ली-११०४८) तथा श्री विश्वास जैन (६५, पत्रकार कालोनी, कनाडिया मार्ग, इन्दौर-४५२००१) का हृदय से आभार मानते हैं कि जिनके सहज सौजन्य से हमे क्रमशः देवनार (बम्बई), ईदगाह (दिल्ली) तथा इन्दौर स्थित कत्लखानो के रगीन चित्र प्राप्त हुए। हमने चित्रो के साथ इनका यथास्थान नामोल्लेख कर दिया है।

हमे विश्वास है यह किताब भारतीय जीवन की अन्तरात्मा को प्रभावित करेगी, और उसे पश्चिम के दुष्प्रभाव से बचायेगी। हमे यह भी उम्मीद है कि इस पुस्तक के जरिये लोग यह भलीभाँति समझ पायेगे कि उनके, और पशु-पक्षियो के बीच के रिश्ते शत्रुता और क्रूरता के नहीं बल्कि मैत्री और करुणा, प्रीति और विश्वास के हैं। पुस्तक, हम जानते हैं, विभिन्न भाषाओ मे अनूदित हो कर देशवासियो के प्रकृति-प्रेम और सौंदर्य-बोध को जगायेगी, और इस सत्य को स्थापित करेगी कि कत्लखाने भारत ही नहीं वरन् सपूर्ण धरती के माथे पर कनक है, जो उनके स्वस्थ पर्यावरण और आर्थिक ताने-बाने को छिन्न-भिन्न करने म लग है।



१. कल्लखाना वह बदकिस्मत जगह है, जहाँ म्वाद के लिए पिशाच बना मनुष्य पालतू शाकाहारी पशुओ का वध करता है। सभी मस्कृतियों ने इस क्रूर और बर्बर कृत्य की निन्दा की है। पर्यावरण-विज्ञानियों का कथन है कि वधशालाएँ प्रकृति के महज मतुलन को गडबडाती हैं और मनुष्य को बर्बरता की ओर धकेलती हैं। नैतिकता और मनोविज्ञान भी हिंसा के पक्ष में नहीं हैं। अहिंसा को एक मानवीय गुण और हिंसा को पाणविक वृत्ति निरूपित किया गया है।
२. भारत में आज ३६,०३१ वध (लायसेमशुदा) कल्लखाने हैं, जिनमें-में चार महानगरो में स्वचालित यान्त्रिक कल्लखाने हैं। जीव-जन्तु कल्याण बोर्ड (एनीमल वेलफेयर बोर्ड) के अध्यक्ष प्रो रामाम्वासी (१९८९) ने कहा था (१०५१९८९) कि देश के ४,००० कल्लखानो के यन्त्रीकरण की आवश्यकता है। यदि उनकी यह योजना अमल में लायी गयी, या लायी जा रही है तो देश में प्रतिदिन ४ करोड पशुओ के काटे जाने की आशंका है। जिन नगरो में यान्त्रिक कल्लखाने खोलने की पहल जारी है वे हैं— बेगलचर्ला, मगलगिरि, विज्ञानापट्टन (आन्ध्रप्रदेश), जबलपुर (मध्यप्रदेश), जयपुर (राजस्थान), शावुम्भरी (उत्तरप्रदेश)।

३. वैध कल्लखानो के अलावा देश मे हजारो अवैध कल्लखाने हैं, जिनमे प्रतिदिन सूरज-की-पहली नरम किरण के साथ लाखो पशुओ को मौत के घाट उतार दिया जाता है।



देवनार कल्लखाने (बम्बई) के प्रवेश-द्वार पर कल्ल खा इतजार करते स्वस्य और सकलाग मवेशी

४. देवनार (बम्बई) कल्लखाना एशिया का सबसे बडा कसाईघर है, जिसमे प्रतिदिन १,००० बैल, गाय, भैंस, पाडे-जैसे बडे पशु और ६,९०० भेड-बकरी-सूअर-जैसे छोटे पशु काटे जाते है। छोटे पशुओ का आँकडा कभी-कभी १०,००० तक पहुँच जाता है। देवनार मे वर्ष १९८७-८८ मे २५ लाख भेड-बकरियाँ, ८० हजार भैसे तथा पाडे, ५,२०० बछडे औ ५० हजार सूअर काटे गये।
५. विशेषज्ञो का निष्कर्ष है कि यदि भारत मे पशुओ-का-वध इसी रफ्तार से होता रहा तो बीसवी सदी के अन्त तक पशुओ-के-अकाल का खतरा मँडराने लगेगा। मद्रास-स्थित केन्द्रीय लेदर इस्टीट्यूट के अनुसार सन् १९५१ मे देश मे प्रति १,००० व्यक्ति ४३० गाय-बैल, १२० भैंस-भैसे, १४१ बकरा-बकरी और १०८ भेडे थी। यह सख्या सन् २००१ मे क्रमश ११०, ६०, ३०, और ३० रह जाएगी। कल्लखाने जिस तेजी से खुल रहे है उसे देखते लगता है , पशु-सख्या अप्रत्याशित रूप से कम हो जाएगी।
६. अब सरकार खरगोश-पालन के बहाने देश मे 'खरगोश-कल्लखाने' भी स्थापित करने जा रही है। सरकार का निष्कर्ष है कि गाय, बैल, भैंस, बकरा, भेड, सूअर, मुर्गा आदि से भारत की माँस-माँग पूरी नही हो सकती, अत अन्य विकल्प ढूँढने होंगे। कहा जा रहा है कि खरगोश-की-एक-जोडी ५ वर्षो मे ३ लाख २२ हजार खरगोश पैदा कर



बेवतार कल्ल के लिए टुको से उतारे जा रहे मवेशी।

सकती है। एक खरगोश से एक किलो मांस मिलता है, इस तरह पाँच वर्षों में एक जोड़ से ३२२ टन मांस मिल सकेगा। सरकार का मानना है कि अकेला खरगोश पूरी दुनिया की मांस-जम्हूरते पूरी कर सकता है।

७. २३ अप्रैल १९५८ भारत के इतिहास की एक काली तारीख मानी जाएगी। भारत की अहिंसा-प्रेमी जनता के लिए यह एक ऐसा बदकिस्मत दिन था, जिस दिन भारत के सर्वोच्च न्यायालय ने देश की दया, करुणा और अहिंसा की अनदेखी करते हुए पशु-वध को व्यक्ति का मूलाधिकार निरूपित किया। सब जानते हैं कि इन पैंतीस वर्षों में देश में जो बुरताएँ और बर्बरताएँ बढ़ी हैं उन सबके लिए बल्लसाने तो जिम्मेदार है ही, यह फैसला भी जिम्मेदार है जिसके कारण इमान में बर्बरता बढ़ी है। वस्तुतः हमारा न्यायालय भारत का भविष्य देस पाने में विफल रहा है।

८. अप्रैल १९९१ से मार्च १९९२ की अवधि में भारत में १९५ करोड़ रुपये के मूल्य का मांस तथा तज्जनित पदार्थ विदेश भेजे गये। मन् १९८१ में ३८,९०८ टन मांस जहाजों पर लादा गया। सवाल है, क्या हमें विदेशियों के विनोद और स्वाद के लिए अपनी जमीन को रेगिस्तान में बदलना और अपनी पशु-संपदा को इस तरह बर्बाद करना चाहिये?

२. भारत किस तरह जैव खाद से वंचित हो रहा है, इसकी एक झलक एक गाय से वर्ष-भर मिलने वाले लाभों से मिल सकती है। एक गाय वर्ष में ३,५०० किलोग्राम गोबर देती है, जिससे १७,८८५ रुपये के मूल्य का कम्पोस्ट खाद तैयार हो सकता है। इस खाद में नाइट्रोजन ८०० किलोग्राम, फॉस्फोरस ५६० किलोग्राम, रोटेसियम १,०४० किलोग्राम, और माइक्रो न्यूट्रीएंट ७७,६०० किलोग्राम होता है।
१०. ब्रिटेन के कत्लखानों से प्रतिवर्ष एक अरब किलोग्राम (१,००,००० टन) खून नालियों में बह कर जबर्दस्त प्रदूषण फैलाता है।
११. यह एक भ्रान्त धारणा है कि कत्लखानों में पशु-पक्षियों को मानवीय पद्धति से मारा जाता है। वस्तुतः उन्हें कई क्रूर विधियों से मूर्च्छित और सवेदन-शून्य (स्टन) किया जाता है। यह प्रचार कि पशु-पक्षियों को इस तरह अचेत करने से उन्हें कोई पीड़ा नहीं होती, भ्रामक है, इसमें कोई सच्चाई नहीं है।
१२. यह निष्कर्ष सर्वथा निराधार है कि अचेत किये जाने पर पशु-पक्षी बगैर किसी पीड़ा के दम तोड़ते हैं। इस तरह मांस-उद्योग अहिंसा, दया और करुणा में विश्वास रखने वाले व्यक्तियों और सस्थाओं के साथ निरन्तर छल कर रहा है। दुनिया-भर के चिकित्सकों और वैज्ञानिकों ने अब यह मान लिया है कि पशु-पक्षियों को मूर्च्छित/अचेत करके मारने की पद्धति मानवीय नहीं है।
१३. ब्रिटेन की 'फार्म एनीमल वेल्फेयर कौंसिल' की रिपोर्ट से यह पूरी तरह सिद्ध होता है कि पशुओं का मानवीय वध एक सस्ता प्रचार है, इसके पीछे कोई सच्चाई नहीं है। कौंसिल का निष्कर्ष है कि कत्लखानों में पशु-पक्षियों की मूर्च्छितावस्था मान ली जाती है, वस्तुतः वे पूरी तरह मूर्च्छित नहीं हो पाते।
१४. 'द ब्रिटेन वेटरनरी एसोसिएशन कौंसिल' का कथन है कि कत्लखानों के वातावरण में यह निश्चित करना मुश्किल होता है कि किसी पशु अथवा पक्षी को यथेष्ट विधि से मूर्च्छित किया भी जा सका है, या नहीं।
१५. आस्ट्रेलिया के एक सर्वेक्षण-प्रतिवेदन से पता चलता है कि बहुतेरे पशु-पक्षी आरम्भिक रूप में अचेत किये जाने पर भी अचेत नहीं होते और उनकी अर्द्धमूर्च्छित अवस्था में ही मृत्यु हो जाती है।
१६. कत्लखानों में पशु-पक्षियों को अचेत करने की कई क्रूर पद्धतियाँ अपनायी जाती हैं, जिनमें-से दो हैं — १ केप्टिव्ह बोल्ट स्टर्निंग

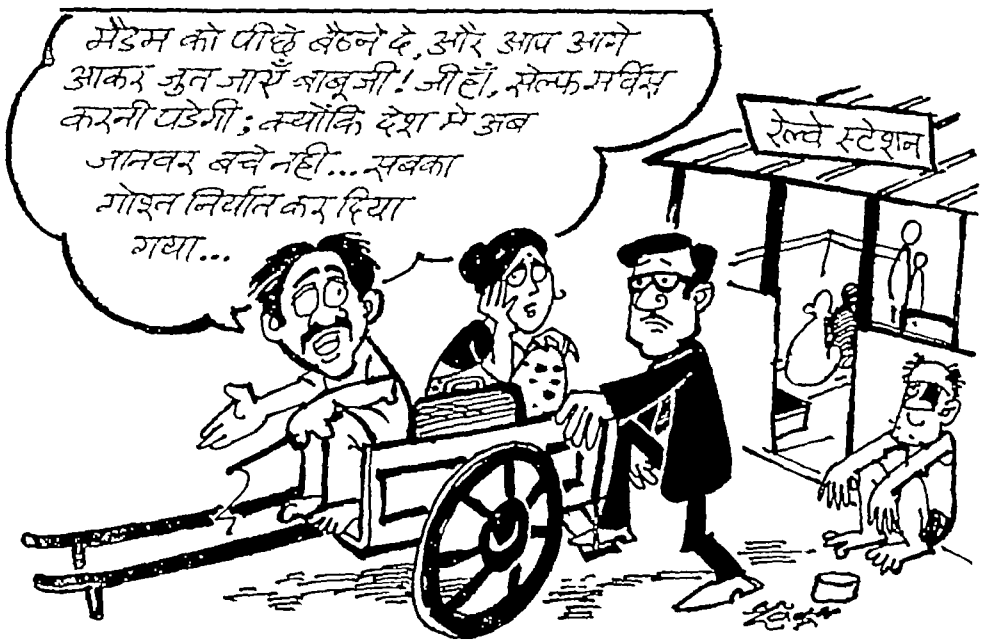


वेवनार: कतील डोता एक ठेला, जिसके पीछे सड़े हैं कल्ल के इतजार मे अनगिनत पशु।

(पिस्तौल दाग कर खोपडी तोडना), २ इलेक्ट्रिकल स्टानिंग (विजली का करट दे कर मूर्च्छित करना)। ये दोनो पद्धतियाँ क्रूर, नृशस और अमानवीय है।

७. देश के कल्लखानो मे प्रतिदिन ६०,००० मवेशी (कैटल) मौत के घाट उतारे जाते है। दिल्ली के कल्लखानो मे ८,००० मवेशी रोज कटते है। क्या यह देश के पशुधन की बहुत बडी हानि नही है?
८. सरकार समझती है कि उसे कल्लखानो से प्रतिवर्ष १०६४३ करोड रुपयें (इस वर्ष १९८ करोड रुपये) मिलते हैं, किन्तु उमे नही मालूम कि कल्लखाने हमारी ऊर्जा किस तरह और कितनी उजाड रहे है। भारतीय कृषि को जितनी ऊर्जा चाहिये उसकी आधी से अधिक उन पशुओ से मिल सकती है, जिनका आज हमारे कल्लखानो मे वध किया जा रहा है। आज देश की पशु-संख्या ८,००,००,००० आठ करोड है। प्रत्येक पशु ५ अश्व-शक्ति (हॉर्स-पाँवर) उत्पन्न करता है, जो ४०,००० मेगावाट के लगभग होती है। वर्तमान मे एक मेगावाट विद्युत्-उत्पादन के लिए ३ करोड रु का पूंजी-विनियोग करना चाहिये। सरकार विद्युत्-उत्पादन पर ९०,००० करोड रु खर्च करती है, किन्तु दुर्भाग्य से इस बहुमूल्य देमी ऊर्जा-स्रोत पर वह मात्र १०,००० करोड रुपये खर्च करती है।

१९. कल्लखानो मे ज्यादातर भैसो और वैलो का कल्ल होता है, किन्तु बदकिस्मती से अब 'रेगिस्तान-के-जहाज' ऊँटो को भी कल्ल किया जाने लगा है। कर्नाटक और आन्ध्रप्रदेश के कारखानो का पेट राजस्थान के ऊँट भर रहे है। ख्याल रहे, राजस्थान के गरीब किमान लगातार एक समृद्ध देशी ऊर्जा-स्रोत मे वचित हो रहे है। १९८५ मे राष्ट्रीय कृषि आयोग ने स्पष्ट शब्दो मे कहा था कि भविष्य मे पशु-चालित गाडियो की माँग तो बढेगी, किन्तु इन गाडियो को खीचने के लिए पशु नही मिलेगे।



२०. भारत मे भेड-बकरियो की कल्ल दर ३५ से ४० प्रतिशत है, जो भारत जैसे देशो के लिए गहन चिन्ता का विषय है। ३४९७ करोड विदेशी मुद्रा प्राप्त करने के लिए इन निरीह पशुओ का मांस मध्यपूर्व और मलेशिया को भेजा जाता है। 'डॉलर-राजनीति' ने हमारे देश के प्रथम श्रेणी के मवेशी और अच्छी नस्ल की भेड-बकरियो को नष्ट कर दिया है। आनुवणिक दृष्टि से उत्कृष्ट साहीवाल, रेड सिन्धी, थापरकर, और राठी मवेशी के लुप्त होने का खतरा मँडराने लगा है। इसी तरह बहुमूल्य जमनापारी, अगोरा और पश्मीना जाति की भेडे भी लुप्त होने के कगार पर आ गयी है।

२१. १० अरब मेढको के कल्ल ने खाऊ (आवश्यकता से अधिक खाने वाले)



वेवनार: एक और क्रूर दृश्य उन्हें सडा करने का, जिसे देख आँसुओ वे भी आँसू आ जाते हैं।

यूरोपवासियों को मेढक-की-टाँगे उपलब्ध कराने में देश की दो दुर्लभ मेढक-प्रजातियों को लोप-की-सीमा पर ला सडा किया है, ये हैं— गना टिग्रीना और राना हेक्झाडाक्टिला। कहा जाता है कि इन प्रजातियों का एक मेढक प्रतिदिन अपने वजन के बराबर कीड़े-मकोड़े खा कर कृषि की रक्षा करता है। भारतीय कृषि अनुसंधान परिषद् के अनुसार मेढको-की-टाँगे पर पूरी बदिश नहीं है। सरकार व्यापारियों के आगे मुन्की हुई है।

२२. जैव वैविध्य (बायोडायवर्सिटी) की दृष्टि से हमारा देश विश्व का अत्यधिक समृद्ध देश है, किन्तु हमारा दुर्भाग्य यह है कि हमारे ही देश में ३० प्रतिशत स्तनपायी पशु-प्रजातियाँ (स्पीशीज) लोप-मूची में आ गयी हैं। शाकाहारी समाज में मांस-संस्कृति का प्रभाव इस तदर बढ़ रहा है कि अब हमने हंस (गूज), जो कि 'मूनह्ला अण्डा देने वाली प्रजाति रही है, को भी मारना शुरू कर दिया है, अतः पर्यावरण मन्त्रालय का कर्तव्य हो जाता है कि वह मांस-व्यापार को सीमित करे और देश को भावी देरगरी, महानगरीय अजगर भूमिहीन-कृषकों की लगातार बढ़ती समस्या तथा दुग्ध-दुग्धिका में बचाये।

३. सूअर, जिनके बालों का ब्रश-उद्योग में व्यापक उपयोग होता था, की कत्ल दर इतनी ऊँची हुई है कि देशी सूअर लगभग लुप्त हो चुके हैं।
४. दिल्ली के ईदगाह-कत्लखाने में एक रुपया दे कर जी चाहे जितने पशुओं का कत्ल संभव है। यहाँ बच्चों को शूरवीर (ब्रेव्ह) बनाने के लिए कत्ल द्वारा तालीम दी जाती है। नगर निगम प्रति भैंस-भैंसा ५ रु तथा प्रति भेड़-बकरी २ रु कत्ल-फीस लेता है।
५. ईदगाह-कत्लखाने को ८०० पशु प्रतिदिन मारने का लायसेंस मिला हुआ है, किन्तु यहाँ ट्रक में क्रूरतापूर्वक ठूस कर लाये गये बीमार, भूखे और विकलांग १५,००० पशुओं को दर रोज मारा जाता है।
६. देश-विदेश में दिनों-दिन चमड़े का उपयोग बढ़ता जा रहा है। रईस घरों में एक ही व्यक्ति के पास ३-३, ४-४ जोड़ चप्पल-जूते होना आम बात है। जो लोग बढ़िया नरम क्रोम का जूता पहिनते हैं, उन्हें यह नहीं मालूम कि यह बढ़िया चमड़ा (काफ-लेदर) कहाँ से आता है। ध्यान रहे इसे मासूम बछड़े-बछड़ियों को बेरहमी से मार कर तैयार किया जाता है। अधिक मुलायम चमड़े के लिए गर्भवती गाय पर उबलता पानी डाल कर उसे सूँटा जाता है और जब वह पिटते-पिटते दम तोड़ बेती है तब उसके गर्भ से निकाले गये बछड़े से 'क्रोम-चर्म' बनता है। भारत के कत्लखानों में यह सब होता है।
७. आठवीं पंचवर्षीय योजना में कत्लखानों की भरमार होगी। विदेशी मुद्रा कमाने में लोभ में भारत सरकार ने कत्लखानों को लेकर एक बृहत् योजना बनायी है। सरकार चाहती है कि मॉस-निर्यात में बढ़ोतरी हो। भारतीय कत्लखानों ने वर्ष १९८९-९० में ११० करोड़ रुपये के मूल्य का मांस निर्यात किया था, अब यह लक्ष्य प्रतिवर्ष ५०० करोड़ कर दिया गया है। सरकार ने कत्लखानों के तीन वर्ग किये हैं— १ नये कत्लखाने, २ वर्तमान कत्लखानों में सुधार, ३ पक्षियों द्वारा हानि पहुँचाने के बहाने रक्षा-मंत्रालय द्वारा खोले जाने वाले कत्लखाने। इस दृष्टि से प्रथम वर्ग में ८, द्वितीय वर्ग में ११, और तृतीय वर्ग में २२ कत्लखाने आते हैं। ये हैं— श्री नगर, माझीतर (सिक्किम), काचरकान हल्ली (बैंगलोर), हैदराबाद, दिल्ली, मंगलगिरि (गुटूर), विशाखापट्टनम् (आन्ध्र), रुद्रारम (आन्ध्र), इलाहाबाद, वाराणसी, अलीगढ़, जालन्धर, पुणे, बजबज (बंगाल), सईदापेट (मद्रास), पेराम्बुर (मद्रास), बडी दमन, बडा दीव, चडीगढ़, ग्वालियर,



देवनार एक गण-मूक पशु की आँसो से पीड़ा का दरिया प्रवाहित हुआ है - यह हतयार मे है कि कब कत्ताल/जल्लाद उसे मारे, और कब उसे इस प्राणान्तक व्याधा से नजात मिले।

गोरखपुर, जोधपुर, डडगिल, तेजपुर, चबुआ, मिरमा, श्रीनगर, जम्मू, कलाहकुडा, हैदराबाद, त्रिवेन्द्रम्, बैंगलोर, पटना, नागपुर, कलकत्ता, मद्रास, बम्बई, दिल्ली, हिन्दन, आगरा और अम्बाना।

८. एक सर्वेक्षण के अनुसार भारत के समग्र पशुधन का बाजार-मूल्य ४०,००० करोड रुपये है। ये पशु वर्ष मे ४ करोड टन दूध देते है और इनमे एक अरब टन गोबर मिलता है। देश मे १९ करोड ४० लाख गाय-बैल और ७ करोड भैसे है जो ४ करोड अरब-शक्ति (हॉर्स-पावर) जितनी ऊर्जा उत्पन्न करते है। यह ऊर्जा परिवहन के काम आती है। खयाल रहे, देश मे जितनी ऊर्जा प्रयुक्त है उनमे-मे ६६ प्रश का योगदान पशुओ का है।

९. देवनार (बम्बई) कत्लखाने मे वर्ष मे १,२०,००० बैल, ८० हजार भैसे, तथा २५ लाख भेड-बकगियाँ काटी जाती है। इन बेरहम वध मे ४ करोड रुपयो की आमदनी होती है। कत्लखाने मे १५१० कर्मचारी काम करते है, फलस्वरूप करीब २०० करोड रु की संपत्ति नष्ट होनी है और गाँवो मे लगभग एक लाख लोग हर साल बेरोजगार हो जाते है।

३०. देवनार (बम्बई) कत्लखाना १२६ एकड लम्बे-चोडे भूखण्ड पर विस्तृत है। कत्लखाने मे पशुओ को मूर्च्छित करने का सरजाम है, किन्तु इसका कभी उपयोग नही होता। यहाँ भी बान्द्रा-स्थित कत्लखाने की वध-पद्धति से पशुओ को मारा जाता है।
३१. कत्लखाने मे जिस किसी पशु के वध की अनुमति दी जाती है उससे पूर्व पशु के शरीर पर स्वस्थ्य होने की एक स्टाम्प (मुहर) लगायी जाती है। कानूनन बगैर स्टाम्प के पशु को काटना दण्डनीय अपराध है। कानपुर महानगर पालिका स्टाम्प के काम मे आने वाली स्याही बदायूँ की 'मोनाकार्क कम्पनी' से मँगवाती थी, किन्तु मनपा द्वारा मूल्य न चुकाये जाने के कारण कम्पनी ने स्याही देना बंद कर दिया, अत अब काल्पनिक सील-सिक्के के आधार पर ही जानवरो को काटा जा रहा है।
३२. कानपुर महानगर मे पाँच कत्लखाने है, जिनमे तीन बकरो, एक भैसो, और एक सूअरो के काटने के लिए है। एक सर्वेक्षण के अनुसार जो जानवर इन कत्लखानो में वध के लिए लाये जाते है उनमे से पचास से पचपन प्रतिशत रोगग्रस्त होते हैं।
३३. भारतीय कत्लखानो की हालत अत्यन्त दयनीय है। तमाम जानवर किसी-न-किसी सक्रामक रोग के शिकार होते हैं, जिनमे टेपवॉर्म (एक किस्म का कीटाणु) अधिकतर पाया जाता है। टेपवॉर्म का सक्रमण कत्ल-के-समय या बाद मे एक-दूसरे जानवर मे आसानी से हो जाता है। यह एक मास से दूसरे मास मे भी फैलता है। मास काटने वालो के नाखूनो के जरिये भी टेपवॉर्म एक-से-दूसरे जानवरो मे सक्रमित होता है।
३४. टेपवॉर्म सबमे बड़ा खतरा है। कुछ लोगो का यकीन है कि यह सिर्फ सूअर के गोस्त से ही फैलता है, किन्तु यह गलत है। पशु-चिकित्सको का आकलन है कि टेपवॉर्म-के-अण्डे आदि रोगग्रस्त व्यक्ति के मल से निकल कर कई महीने जिन्दा रहते हैं। भेड, बकरी, और गाय-भैस, जिन्हे गदे माहौल मे पाला जाता है, यहाँ तक कि मछली जो गदे पानी मे पाली जाती है— सभी इन अण्डो को मनुष्य तक पहुँचा देते हैं। सूअरो मे मनुष्य के मल-मूत्र और खाने-पीने की चीजो से टेपवॉर्म पहुँच बना लेते हैं। टेपवॉर्म कत्लखानों का सबसे बड़ा अभिशाप है।



बेधनार कत्त-के-लिए पशुओं को डेलान जिम्न की तरह द्रवों में उतारा जाता है।

३५. बूचडसाने जीवन की गुणवत्ता (क्वालिटी) को घटाते हैं। पर्यावरण पर भी उनका बुरा असर पड़ता है। वे मान कर चलते हैं कि पशु-पक्षियों में मनुष्य जैसी उदात्त अनुभूतियाँ नहीं हैं। वे महज महजबोध और प्रतिक्रिया के पुनिदे हैं। उनमें न तो हृदय है और न आत्मा, विन्तु भारत में ऐसा नहीं है। यहाँ 'आत्मवन् सर्वभूतेषु' का बोधवाक्य गूँजता रहा है। 'जैसा मैं, वैसा ये' यहाँ के देशवासियों का प्रेरणा-वाक्य रहा है। बूचडसाने महअस्तित्व की पवित्र भावना के प्रति एक बरगनी च्नीती है। पता नहीं फिर क्यों इन्हे नयी साज-सज्जा और यन्त्रीकरण से गाय हमारे समुद्र-तट पर उतरने दिया जा रहा है?

३६. एक और टेपवॉर्म है, जिसे 'इकनोकोकोमिन' कहा जाता है, जो सूजर, भेट, गाय-भैंस, बकरी, और ऊँट के लिये फैलता है। यह सभी बीज के जानवर है। कुत्ते की टेपवॉर्म से खाया दोग्नी है। ये उन्नी के पास पलते-मुलते हैं। कुत्ते ही इसे वानाकरण से फैलाने हैं और इन पशुओं तक पहुँचाते हैं जिन्हें अन्ततः मनुष्य प्रभावित होता है। कुत्ते से ये कीटाणु/विषाणु मनुष्य तक सीधे पहुँच जाते हैं। इनकी चपेट में आये कुत्ते के



वेवनार: गोस्त के छीछडो के इतजार मे खडी/मैंडराती कुत्तो की टोली।

बालो मे इसके अण्डे चिपके होते हैं। जो व्यक्ति कुत्ते के पास जाता है वह भी विषाणु की चपेट मे आ जाता है। जब कोई व्यक्ति इसकी चपेट मे आता है, तब उसे तुरन्त इलाज कराना चाहिये अन्यथा टेपवॉर्म फैल कर मस्तिष्क तक पहुँच जाते हैं। इससे मस्तिष्क सबन्धी तनाव, शून्यता, ऐंठन और कई मनोरोगो के लक्षण उभरते हैं। यहाँ तक कि पचास प्रतिशत लोग मौत के जबडो मे चले जाते है। कल्लखाने टेपवॉर्म के सबमें सघन अतिथिगृह होते हैं।

३७. भारतीय कल्लखानो मे सविधान के अनुच्छेद ४८ का खुलेआम उल्लघन हो रहा है। सविधान में बछडे, बैल और दुधारू पशुओ का वध प्रतिबन्धित है, फिर भी इन्हे काटा जाता है। प्रश्न उठता है— यह कैसा सविधान है जो सरकारी क्षेत्र पर भी प्रभावी नही है?

३८. पश्चिम-की-सस्कृति मान कर चलती है कि पशु सहजबोध-चालित रोबोट (यन्त्रप्राणी) हैं। वे कलाई अथवा दीवार घडियो की भाँति पहियो, स्प्रिंगो, गेयरो से सक्रिय वजन मात्र है। भारतीय अध्यात्म के लिए यह एक अनहोनी बात है।



बल्लसाने या वह बीजन्त परिदृश्य जहाँ पशु-पक्षियों के प्राणों की कोई भीमत
 नहीं रही है।

—सी.एस. इन्स्ट. ऑफ एन्ड्रु अमेरिका

२६. पोलिट्रिया दुनिया के सबसे अधिक घिनौने दूधउगाने हैं, जो मान बर
 चलते हैं कि पशु-पक्षी जट अन्वित्व है। पश्चिम की यह मान्यता इस
 दृष्टिकोण की उपज है कि पशु-पक्षी वन्तु है, बल्का माल है जिनका हमें
 मुल कर उपयोग करना चाहिये। दूधउगानो ने अमल में परम्पगिन
 शब्दावली को ही बदल डाला है। चिकन (चूरे) को आज चिबन नहीं
 कहा जा रहा है उसे अन्य नामों में पुलाग जा रहा है। यदि उसे भून
 कर खाया जाना है तो 'ब्रोइलर' और यदि उसे अण्डों के लिए मुगलिन

रखा जाना है तो 'लेअर' कहा जाता है। शब्दावली के बदलाव से दो नुकसान हुए हैं— १ यह विचार फैला है कि पशु-पक्षी बेजान है। २ उनके होने या, जीने की कोई सार्थकता नहीं है। पशु-पक्षियों को निष्प्राण देखने की दृष्टि का विकास बूचडखाना-संस्कृति की घृणास्पद वेन है।

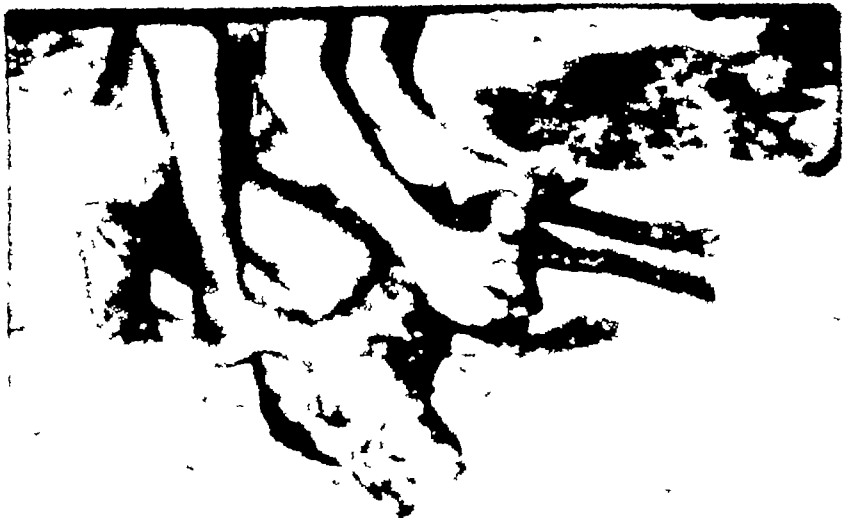
४०. बूचडखाने से निकलने वाला मलवा एक बहुत बड़ी समस्या है। यह पर्यावरण को तो दूषित करता ही है, किसी भी नगर के इर्दगिर्द गदगी और अस्वच्छता भी बढ़ाता है। उन्नाव-स्थित तकनीनगर का बूचडखाना इसका जीवन्त उदाहरण है। यहाँ का मलवा नगर के कूडेदानों में डाल दिया जाता है, जिससे सक्रामक रोग तो फैलते ही हैं— राहगीरो का सडक चलना तक मुश्किल हो जाता है। देहरादून से प्रकाशित 'रीजनल एक्सप्रेस' ने अपने २० सितम्बर के अंक में इस समस्या पर अच्छा प्रकाश डाला है।

४१. कत्लखानो ने व्यवस्थित, सगठित और औद्योगिक हिंसा (सिस्टेमेटिक, ऑर्गेनाइज्ड एंड इंडस्ट्रिएलाइज्ड बाँयलेस) को जन्म दिया है। यह हिंसा परम्पारित/ अनजाने में हुई हिंसा से भिन्न है। इसे जानबूझ कर किया जाता है, इसीलिए सुप्रसिद्ध वैज्ञानिक जॉर्ज आइस्टाइन का यह कथन





गल्लमानों में जहाँ दुधारू पशुओं को भी नहीं बध्ना जाता है। इन गाँव में
 घास दूध में भरते हैं - और दूसरी गौरी उसका निर्गम/विगत्य मान देती है। ज
 गौपाशदा अपनी घासी के इतजार में है। - बेअर नई दिल्ली के सीकर ॥



हृदयों को भी नहीं बध्ना देखा जाता है। जब तक वे दूध नहीं लेंगे
 तब तक उनके हाथों से वे लोहे के तलियार खास-खास घास करते हैं। क्या इतना दूध
 इतना ही पीछा-पीछी इतनी ही बलवान कर सकते हैं - बेअर नई दिल्ली के सीकर ॥



कोई करुणा या रहमदिली नहीं! ! यह भैस मौत , खून, लाश, सडे-गले गोश्त के छीछडो, और मल-मूत्र के बीच बैठी अपने कत्ल का इतजार कर रही है।

— केअर नई दिल्ली के सौजन्य से



निर्यात की निरंकुशता मे हृष्ट-मुष्ट बछड़ो को भी गोश्त के लिए कत्ल कर दिया जाता है। सुटता है अन्ततः भारतीय किसान और भारत।

— केअर

नई दिल्ली के सौजन्य से



और उसे इसान बरत ही सुन-बी-मार बह निकली बह धार जो कभी झिल्लगी बी धार ही। यही धार
 रियाद निय देन के मामो-नाम, धाम-नगरों न मुजरगी लेबिन बौरें लगी सुनना हमने प्रतीकार्वाण
 भावाङ्गी-भावाङ्गी - न राङ्गपति, न प्रधातमन्त्री, न लोकमभा न राङ्गमभा सब बिदगी मुदा न
 भाङ्गमभ न गये यो रिक बरतकती बी हवाङ्ग देन मिरि हगनिया बि न ऊरर सुन्या बी मजो पर
 बादिण माम परीमन पर बिबन ही।

बिबन बिबन नैग,





लागो लटक रही है, एक भेड़ को कत्ल के लिए सींचा-ससीटा जा रहा है। इर्द-गिर्द पड़ी हैं बाले, गर्म लहू, गोखत के छीछड़े और मनुष्य की बूरता के लाल धब्बों। इस तरह, हिन्दुस्तान में, कहीं भी, किसी भी नाल्लखाने में एक रुपया दे कर आप एक निरीह पशु का कत्ल करवा सकते हैं।

दकते के जिस्म पर से साल उतारते कत्ताल (कसाई) ने सून-सोने हाथा।

सिंह-सिंह-सिंह







अन-रबीर कल्लाराना: पोलिगिग (मसाप्रल) के लिए नैयार वे लाजे जिनकी चान उतार ली गयी है। एक अरब गेब और कपणी-प्रबन्धन
रोडर को सुनकर लो रिपल लो है।



कल्लखानो मे बीमार, और मरणासन्न - मौत-के-मुंह-मे-खडे - पशुओ को भी बखशा नही जाता। गौर करे, यहाँ लाये गये पशुओ को ठेले से किस तरह, और कितनी क्रूरता से कस कर बाँधा गया है!! केअर नई दिल्ली के सौजन्य मे



अन्तिम प्रहार से पहले इस बकरी की पिछली टाँगे तोड दी गयी है, और खाल उतार ली गयी है। केअर नई दिल्ली के सौजन्य से

कि जब हम युव मृत प्राणियों की जीती-जागती दबें हैं, तब फिर हम इस दुनिया में किन्हीं आदर्श स्थितियों की कल्पना कैसे कर सकते हैं?

- (2) पीन्द्रियां कूटतम वध-स्थल है, जहाँ नर-नृजं वृत्त-नर-वृत्त ही तरह भेद दिये जाते हैं। उन्हे बड़े पैली (देवी द्युटी प्लास्टिक वैज्ञ) में ठूंस-ठूंसा कर उस तरह भर दिया जाता है कि वे मांस गंधने के कारण भर जाते हैं। आप जिनकी देर में उस तथ्य को पढ़ने उतने समय में २००० नुग्न-जन्म चूजे मनुष्य के कूट हाथों में पैली में ठूंस दिये जायें?



लाख मूक प्राणियों को मौत के घाट उतार सकने की क्षमता वाले एक यान्त्रिक कत्लखानो के निर्माण के लिए भारत सरकार ने अरब देशो की अल-कबीर एक्सपोर्ट्स कपनी को लाइसेंस दिया है। इस कत्लखाने का प्रमुख सलाहक और भागीदार गोडल-निवासी दिलीप हिर्मतलाल कोठारी (डी एच कोठारी) जैन है। हैदराबाद-स्थित अल-कबीर ग्रुप ऑफ कपनीज का पता है- '१-२-९३/४१ पहली मज़िल, गगन महल, दोमल गुडा, हैदराबाद-२९, आन्ध्रप्रदेश'।

४४. मीट ट्रेड जर्नल (यूके) के संपादक ने कहा है कि मास-उद्योग के प्रति जनता में जो नफरत फैल रही है उसे देखते हुए इस उद्योग की पारिभाषिक शब्दावली में परिवर्तन कर लिया जाना चाहिये तदनुसार 'स्लॉटरहाउस' को 'मीट-प्लांट' अथवा 'मीट फैक्टरी' और कसाई (बूचर) को 'विक्च्यूएलर' (आयरिश भाषा का शब्द, जिसका अर्थ है खाद्य-प्रबन्धक) कहना चाहिये। ऐसा करने से मास-उद्योग को अपने खूनी धन्धे पर पर्दा डालने का अवसर मिल जाएगा।
४५. पीटर कॉक्स (ब्रिटेन) ने अपनी पुस्तक व्हाय यू डोंट नीड मीट (१९८६) में कत्लखानो के प्रत्यक्षदर्शियों के हवाले से बताया है कि कत्ल के लिए लाये गये आतंकित पशुओ को अपनी मृत्यु का आभास मिल जाता है, अत वे कत्लखाने-की-ओर आगे बढ़ने से कतराने लगते हैं। ऐसी स्थिति में उन्हें नुकीले हथियार चुभो कर एक खास जगह पर ले जाया जाता है, जहाँ मास को नरम बनाने के इजेक्शन (मीट-टेडराजिंग इजेक्शन) दिये जाते हैं। खयाल रहे क्रूरता, उत्पीडन, और दुस्सह कष्ट के कारण उनकी मास-पेशियाँ सख्त हो जाती हैं।
४६. तय है कि शिकार किये गये, घायल, जख्मी अथवा मदगति से मारे गये पशुओ का मांस स्वास्थ्य के लिए घातक होता है। तेज बुखार अथवा भयभीत पशुओ का रक्त-प्रवाह ऐसे ग्रन्थि-स्रावो (ग्लेज्युलर सीक्रेशन्स) से चार्ज हो जाता है कि मास मनुष्य के किसी भी प्राणी के खाये जाने के उपयुक्त नहीं रहता। कत्लखानो में ऐसे क्रूर दृश्य अक्सर देखने को मिलेगे।
४७. कत्ल के लिए कतार में खड़े, बुरी तरह हॉफते, घूरते और तेज धडकनो में झाग-उगलते मवेशी आतंकित रहते हैं। कहा जाता है कि भेडो/सूअरो को इलेक्ट्रोक्वूट (बिजली-से-मारना) किया जाता है, क्योंकि असल में उन्हें मारने के लिए उच्च वोल्टेज की आवश्यकता होती है, जिससे खून

अलग हो पत्ता है और इस विधि में प्राप्त मान पर वाले राग पट जाने है। उपभोगता उस प्रक्रिया में अपेक्षित रहता है और तरह-तरह की बीमारियों का शिकार बनता है।

यहूदी और इस्लामी कल्प के तरीकों में बुनियादी फर्क है। यहूदी कल्प को मेचितता या कोशर और इस्लामी कल्प को धबीह मय्या इत्यादि कहा जाता है। इस तरह के कल्प की पहली शर्त है कि मनुष्य जिस पशु का मांस खाये वह मक्लाग हो। इसका मतलब यह हुआ कि कल्प में निरुत्पाया गया पशु न तो बीमार हो और न विकलांग। उसे हर ताजत में संपूर्ण होना ही चाहिये। दूसरी शर्त है कि पशु को पूरी तरह स्वतंत्र-स्वत (गून-अंग-गाली) किया जाना चाहिये, क्योंकि दोनों मजहबों में गून का उपभोग सर्वथा वर्जित है, किन्तु चाम्पविकला यह है कि किसी भी पशु का नमास गून उसके शरीर में निकाला नहीं जा सकता। यह एक ऐसा तथ्य है जिसे कोई भी पशु-चिकित्सक प्रमाणित कर सकता है। इस्लामिक मेडिकल एसोसिएशन (यू.के.) के प्रतिनिधि डॉ. गणेश नातसे का कथन है कि गून अस्वास्थ्यकर होता है। इसके हर विषय स्पष्ट तथा उपाय होते हैं। मुस्लिमों के लिए गून का उपयोग पूरी तरह निषिद्ध है, अब स्पष्ट है कि यदि कोई गून में दाखला चाहता है तो उसे मांस नहीं खाना चाहिये।

गत ४५ सालों में गेहूँ के भावों में १२००, दालों में १६००, बाजरे में १६००, और चावल में १५०० प्रतिशत की वृद्धि हुई है। इस भाववृद्धि के कारण बहुत स्पष्ट हैं। पुराने कत्लखानों का आधुनिकीकरण हुआ तथा नये यान्त्रिक कत्लखाने खोले गये फलस्वरूप किसान मुफ्त में मिलने वाली गोबर-खाद से वंचित हुआ और उसे महँगी रासायनिक खादों का उपयोग करना पड़ा। सिर्फ देवनार (बम्बई) के कत्लखाने में हर साल २७,४६,००० मवेशी मौत के घाट उतार दिये जाते हैं। जब एक कत्लखाने का यह हाल है तब उन हजारों कत्लखानों की कल्पना कर सकते हैं जिनमें हर साल करोड़ों पशुओं का कत्ल होता है और हमारी शस्यश्यामला धरती लगभग २०,६०,००० टन मुफ्त/सक्षम खाद से वंचित रह जाती है। कत्लखाने धरती-की-उर्वरता और उपयोगी पशु-सम्पदा के दुश्मन हैं।

५०. सवाल उठता है कि कत्लखानों में पशुओं को तत्क्षण कत्ल क्यों नहीं कर दिया जाता? कसाई का कहना है कि हम चाहते तो यही हैं, किन्तु मांस-उद्योग का मिथक है कि जब तक गल-शिरा (जेगुलर-वीन) से खून पूरी तरह निकल न जाए तब तक कत्ल-किये जा रहे पशु का दिल धडकना ही चाहिये, किन्तु चिकित्सा-विज्ञान का दावा है कि दिल भले ही धडकता रहे, पशु के शरीर से सारा खून निकाल पाना संभव नहीं है। ख्याल रहे, कत्लखानों का आधा खून नालियों में बह जाता है और आधा पालतू पशुओं का आहार बनता है।

५१. श्री जी सी बैनर्जी ने अपनी किताब 'एनीमल हस्बैंड्री' में गोमांस-उत्पादन के उत्तरोत्तर बढ़ते आँकड़ों इस प्रकार दिये हैं— वर्ष १९७५—६१,००० टन, १९८२—८०,०००, १९८५—८९,००० टन, १९९०—१३,००० टन, १९९५—१,३५,००० टन, २०००—१,७०,००० टन, २००५—२,१२,००० टन, २०१०—२,५५,००० टन। यद्यपि इन आँकड़ों में बछड़ों-के-माँस (वियल) का आँकड़ा सम्मिलित नहीं है, तथापि एस्काँट्स और अल-कबीर माँस-उत्पादकों के पाँच जमाते ही ये आँकड़े काफी बढ़ जाएँगे। माँस-उत्पादक अल-कबीर के विश्व के ८ देशों में ८,००० तथा दिल्ली में ७६ माँस-बिक्री-केन्द्र हैं।

५२. नैरोबी में सपन्न 'अन्तर्राष्ट्रीय ऊर्जा सम्मेलन' में स्व श्रीमती इंदिरा गाँधी ने कहा था कि इस जेट युग में भी भारत के लोग बैलगाड़ियों का

उपयोग करते हैं। श्री द्रो, भारत के-एकू देश के विज्ञानीयों में उत्पन्न २२,००० सम्पत्त्यु विज्ञानी में अधिन विज्ञानी उत्पादित करते हैं। उन उनके म्यान पर किसी अन्य विवलय से विवर्धित करने का मतभेद होगा २१ में ६० अर्थ लॉन्गो या अनिश्चित पुनी-विनिर्माण। उनके अलावा कपि-अर्थनन्त्र को साद और मन्ने ईधन का नुस्सान तो होगा ही। पीछेकार्य है कि भारतीय कल्दमाने आज उही कन्ने पर नर है जिसे स्व इधियाजी नहीं चाहती थी।

५. द्वितीय महायुद्ध से पहले नन्वालीन अर्थेज सरकार ने बनेने मन्ने की नागत में नाहीर में एक निम्नान कृन्तमाना म्पापित करने की योजना बनायी थी। इस कृन् और स्वन्-रजित योजना का देम्यामिरी ने प्रकल् विरोध किया था। देम्यामिरी के म्पन्-से-म्पन् म्पन्ने हुए पुन-पुनर्न न जगाहमाने नेहम् ने कहा था- 'मैं कर्गाईमानो को दिन्त्युन नापमद करता हूँ। मैं जब कभी किसी कृन्तमाने के पाल में गुष्टगता हूँ, मेरा दम् पुष्टने लगता है। पपु हमारे देम के पुन है। इनके ह्दाम को मैं कर्दापि पमद नहीं करता। सरकार ने नाहीर में जो कर्गाईमाना सोनने का निरन्ध किया है मैं उमरुत छोड विरोध करता हूँ। इनके विरोध में देम्यामिरी जो भी कर्दम उठायेगे, मैं उनसे साध रहूँगा।' और प्रकल् जन-विरोध के आने दिन्ती सरकार को पटने देरने म्पे में तथा प्रस्तापित योजना की नर बनना पला था।

निर्यात-ससाधन क्षमता में प्रतिवर्ष २,००,००० टन की वृद्धि संभव हो।

५६. जुलाई १९८९ की एक खबर के अनुसार भारत सरकार विदेशी मुद्रा की गिरती हुई स्थिति को संभालने के लिए ५० करोड़ रुपये की लागत से सीट टेक्नोलॉजी मिशन की स्थापना करने को थी (?)। मिशन का मुख्य उद्देश्य था कल्लखानों में नयी तकनीकों के उपयोग से मांस-उत्पादन में वृद्धि। मिशन के प्रथम चरण में बरेली के इजातनगर में आधुनिक कल्लखानों की योजना थी (?)।

५७. व्यापक जन-आन्दोलन के फलस्वरूप २४ दिसम्बर १९८६ को सर्वोच्च न्यायालय ने बम्बई उच्च न्यायालय के उस फैसले का समर्थन किया, जिसके अनुसार 'अल-कबीर एक्सपोर्ट्स प्रा लिमि' तथा अन्य दो लायसेन्स-प्राप्त निर्यातक भिवडी (महाराष्ट्र) में कल्लखाना स्थापित करने की टोह में थे। आन्दोलन मई १९८३ में आरम्भ हुआ था। उक्त तीन मांस-उत्पादकों को 'यूरेपियन इकोनॉमिक कम्युनिटी' के देशों तथा 'अमरीकी फूड्स एंड ड्रग्स एडमिनिस्ट्रेशन' के मानकों के अनुसार जो भूखण्ड दिये गये थे, उन्हें भी सर्वोच्च न्यायालय ने निरस्त कर दिया।

५८. अमरीकी कल्लखानों में एक किलोग्राम गोमांस-उत्पादन में ५ किग्रा अन्न; ३,००० लीटर सिंचाई-के-उपयोग में आ सकने वाला जल, तथा २ लीटर गैसोलीन के बराबर ऊर्जा खर्च करनी पड़ती है।

५९. नीदरलैण्ड्स, बैल्जियम और फ्रांस अब 'अतिरिक्त खाद क्षेत्र' बन गये हैं। उनकी जमीन-जितना-काम-में-ले-सके उससे अधिक पशु-खाद वे उत्पन्न करने लगे हैं। वर्ल्ड वाच इस्टीमेट्स (वाशिंगटन) के अनुसार इस तरह की अतिरिक्त खाद, जलीय प्राकृतिक व्यवस्था (ईकोसिस्टम) को असंतुलित करती है तथा भूमिस्थ जल को स्वास्थ्य पर बुरा असर डालने वाले नाइट्रेट क्षारों से प्रदूषित करती है।

६०. लैटिन अमेरिका में पशु-फार्मों ने अधिकांश वर्षा-वनो को ध्वस्त/बर्बाद कर दिया है। इन वनों की ७० प्रतिशत भूमि पनामा और कोस्टारिका में है। वर्ष १९७० से लैटिन अमेरिका के पशु-फार्मों ने मिनेसोटा के क्षेत्रफल (२१७७३६ वर्ग किलोमीटर) के बराबर २ करोड़ हेक्टर वर्षा-वनो को नष्ट कर दिया है। कल्लखाने बढ़ा कर भारत ने भी विनाश की इस खतरनाक डगर पर अपने पाँव रख दिये हैं।

कन्दमानों न मनुष्य को जन्ता ब्रह्म और वेदम बना दिया है कि अब
 उग्र हिमा में रम आने लगा है। कन्दमाना-महर्षी ने आदमी को
 भद्रार्थ और वेदया भी बना दिया है। सिन्धी भी कन्दमाना-परिभ्रम
 (रिभ्रम) में आपको कुछ लोग बर्तन निर धूमने-दिग्गज जोग करने
 ताकि कन्द-म-पहले वे भोगों के दूध का भागिनी बनना नक दुह गये।



६३. भारत की राजधानी दिल्ली के तमाम कसाई (वधिक), जिनकी सख्या लगभग ५०,००० है, ईदगाह-स्थित कत्लखाने के इर्द-गिर्द बसे हुए है। एमसीडी (नगरपालिक निगम, दिल्ली) तथा डीडीए (दिल्ली विकास प्राधिकरण) इनकी देखभाल करता है।

६४. दिल्ली-स्थित ईदगाह कत्लखाने में वर्ष १९८९-९० में ६,२५,०८८ भैंसों तथा १९,११,८५७ भेड-बकरियों को मौत के घाट उतारा गया। वर्ष १९९०-९१ में ५,८८,९२२ भैंसे तथा १८,००,५५७ भेड-बकरियों का कत्ल हुआ। दिल्ली महानगर के इस आँकड़े से हम देश के ३६,००० वध और ३०,००० अवैध कत्लखानों में कत्ल किये जाने वाले पशुओं की सख्या का अनुमान लगा सकते हैं। हैदराबाद से प्रचारित एक पोस्टर के अनुसार हमारे देश से वर्ष १९९१ में १,००० करोड़ किलोग्राम मांस का निर्यात हुआ तथा १० करोड़ रु के मूल्य का चमड़ा विदेशों को भेजा गया। फलस्वरूप दूध देने वाले पशुओं की सख्या उत्तरोत्तर कम होती गयी। वर्ष १९७१ में यह सख्या ६६ करोड़ थी, १९८१ में ५६ करोड़ हुई, तथा १९९१ में यह सिर्फ ३८ करोड़ रह गयी। यह सरकारी आँकड़े हैं।

६५. एक बहुत बड़ी सख्या में छोटे-बड़े प्राणी, पेड-पौधे, जीव-जन्तु पर्यावरण के अत्यन्त अनिवार्य भाग हैं, इसलिए मनुष्य-द्वारा मारे जाने वाले मूक/बेजुवान पशु, कत्लखानों से उत्पन्न प्रदूषण, जनस्वास्थ्य के लिए खतरे, तथा अन्य कई सकट चिन्ता के विषय हैं। इस तथ्य को समझने के लिए अधिक प्रतिभा की आवश्यकता नहीं है कि पशु/जीव-जन्तु इस धरती पर अतिक्रमणकारी (एनक्रोचर्स) नहीं हैं, अतः उन्हें मनुष्य के साथ सह-अस्तित्व में बने रहने का संपूर्ण अधिकार है। इस तर्क के आगे कत्लखानों का अस्तित्व ओले-की-तरह पिघल जाता है।

६६. भारत-की-राजधानी मात्र दिल्ली में प्रति माह लगभग ३ लाख मवेशी अर्थात् सालाना लगभग ३६ लाख मवेशी काटे जाते हैं। इतनी बड़ी सख्या में होने वाली सुव्यवस्थित हिंसा मनुष्य और अन्य प्राणियों के बीच सन्ध-निर्धारण के मुद्दे को पुरजोर प्रस्तुत करती है, इसलिए कल्पमाने 'यहाँ हो, वहाँ हो, यहाँ बने, वहाँ बने' यह प्रश्न गौण है, मुख्य सवाल असल में यह है कि पशुओं/जीव-जन्तुओं और मनुष्यों के बीच क्या केवल हिंसा का ही रिश्ता संभव है, अथवा कोई कानूनन अहिंसक सन्ध भी हो सकता है?

आहार' (फूड फॉर सर्वाइवल सेक) है या 'आहार के बहाने' (इन नेम ऑफ फूड) किया जा रहा है?

७२. भारत-की-राजधानी दिल्ली में हर दिन १२,००० भैसे और भेड़-बकरियों का वध होता है अर्थात् वर्ष-भर में करीब ३६ लाख पशुधन कसाई-की-छुरी के तले आ जाता है। वर्ष १९८१ में दिल्ली की आबादी ६२ लाख २० हजार ४०६ थी, अर्थात् प्रतिवर्ष दिल्ली-की-जनसंख्या के १६७ वे हिस्से के बराबर पशुधन मौत के घाट उतार दिया जाता है।

७३. चतुर्थ पंचवर्षीय योजना के बाद आन्ध्रप्रदेश, दिल्ली, गोआ, केरल, कर्नाटक, पश्चिम बंगाल, जम्मू और कश्मीर, तमिलनाडु और सिक्किम में ९ मास निगमों की स्थापना की गयी। सातवीं पंचवर्षीय योजना में वधशाला निगमों में पूँजी-निवेश की योजना क्रियान्वित की गयी, जिसके अन्तर्गत श्रीनगर, बैंगलोर, सिक्किम, और हैदराबाद में आधुनिक कत्लखाने बनाये गये। श्रीनगर कत्लखाना परियोजना की कुल लागत ५९० लाख रुपये है, जिनमें-से भारत सरकार का हिस्सा १४५६५ लाख रुपये होगा। इसमें-से ४५ लाख रुपये दे दिये गये हैं। बैंगलोर, और सिक्किम के कत्लखानों की कुल लागत क्रमशः १४५ लाख रुपये, और ३४ लाख होगा। भारत सरकार सिक्किम को २५ लाख रुपये दे चुकी है। सिक्किम के कत्लखाने की कुर्सी (प्लिथ) तैयार है।

७४. सरकार द्वारा उत्प्रेरित कत्ल के अलावा कुछ निजी क्षेत्र हैं जो कत्ल में रस ले रहे हैं। मेसर्स ब्रुकबॉर्ड इंडिया लिमिटेड ने १०० प्रतिशत निर्यात-मूलक 'आधुनिक मांस कारखाना' स्थापित किया है। माफको बम्बई भी 'माफको फैक्ट्री बोरीवली (बम्बई)' में डिब्बाबन्द मांस उत्पादित करती है। नादेड और गोरेगाँव में भैंस-माँस के लिए यन्त्र लगाये गये हैं। देश के विभिन्न हिस्सों में ८ आधुनिक वैकन (सूअर का माँस) फैक्ट्रियाँ हैं।

७५. मांस-निर्यात के अलावा सउदी अरब, कुवैत और दुबई तथा अन्य खाड़ी देशों को माँस के लिए जिन्दा पशु भेजे जाते हैं। मलेगिया को जमा-हुआ भैंस-मांस भेजा जाता है। वर्ष १९८८-८९ में ११७ करोड़ रुपये का भैंस-मांस भेजा जाता था।

७६. सरकारी नीति, तथा संरक्षण-प्रयासों के बावजूद संरक्षित जीव-जन्तुओं की सूची हर दिन बढ़ जाती है। वन्य जीवों के लुप्त होने का खतरा

आहार' (फूड फॉर सर्वाइवल सेक) है या 'आहार के बहाने' (इन नेम ऑफ फूड) किया जा रहा है?

७२. भारत-की-राजधानी दिल्ली में हर दिन १२,००० भैंसे और भेड़-बकरियों का वध होता है अर्थात् वर्ष-भर में करीब ३६ लाख पशुधन कसाई-की-छुरी के तले आ जाता है। वर्ष १९८१ में दिल्ली की आबादी ६२ लाख २० हजार ४०६ थी, अर्थात् प्रतिवर्ष दिल्ली-की-जनसंख्या के १६७ वे हिस्से के बराबर पशुधन मौत के घाट उतार दिया जाता है।

७३. चतुर्थ पंचवर्षीय योजना के बाद आन्ध्रप्रदेश, दिल्ली, गोआ, केरल, कर्नाटक, पश्चिम बंगाल, जम्मू और कश्मीर, तमिलनाडु और सिक्किम में ९ मास निगमों की स्थापना की गयी। सातवीं पंचवर्षीय योजना में वधशाला निगमों में पूँजी-निवेश की योजना क्रियान्वित की गयी, जिसके अन्तर्गत श्रीनगर, बैंगलोर, सिक्किम, और हैदराबाद में आधुनिक कत्लखाने बनाये गये। श्रीनगर कत्लखाना परियोजना की कुल लागत ५९० लाख रुपये है, जिनमें-से भारत सरकार का हिस्सा १४५ ६५ लाख रुपये होगा। इसमें-से ४५ लाख रुपये दे दिये गये हैं। बैंगलोर, और सिक्किम के कत्लखानों की कुल लागत क्रमशः १४५ लाख रुपये, और ३४ लाख होगा। भारत सरकार सिक्किम को २५ लाख रुपये दे चुकी है। सिक्किम के कत्लखाने की कुर्सी (प्लिथ) तैयार है।

७४. सरकार द्वारा उत्प्रेरित कत्ल के अलावा कुछ निजी क्षेत्र हैं जो कत्ल में रस ले रहे हैं। मेसर्स ब्रुकबॉर्ड इंडिया लिमि ने १०० प्रतिशत निर्यात-मूलक 'आधुनिक मांस कारखाना' स्थापित किया है। माफ बम्बई भी 'माफको फैक्ट्री बोरीवली (बम्बई)' में डिब्बाबन्द मांस उत्पादित करती है। नादेड और गोरेगाँव में भैंस-माँस के लिए यन्त्र लगाये गये हैं। देश के विभिन्न हिस्सों में ८ आधुनिक बैकन (सूअर का माँस) फैक्ट्रियाँ हैं।

७५. मांस-निर्यात के अलावा सउदी अरब, कुवैत और दुबई तथा अन्य खाड़ी देशों को माँस के लिए जिन्दा पशु भेजे जाते हैं। मलेशिया को जमा-हुआ भैंस-मांस भेजा जाता है। वर्ष १९८८-८९ में ११७ करोड़ रुपये का भैंस-मांस भेजा जाता था।

७६. सरकारी नीति, तथा संरक्षण-प्रयासों के बावजूद संरक्षित जीव-जन्तुओं की सूची हर दिन बढ़ जाती है। वन्य जीवों के लुप्त होने का खतरा

पहले ही मँडरा रहा है। पालतू पशुओं को खाने-पीने के लिए दिन-दहाड़े/ बेरोकटोक मारा जा रहा है, किन्तु कुछ छोटे पशुओं, तथा अन्य प्राणियों को अखाद्य प्रयोजनों के लिए, प्रयोगार्थ, शृंगार-प्रमाधनों के निमित्त, हड्डियों अथवा सीगों के लिए, मनोरजनार्थ तथा अन्य जाने-अजाने प्रयोजनों के लिए मारा जाता है। यह सब कत्लखानों से बाहर-के-कत्लखानों में नि सकोच होता है। प्रश्न उठता है कि क्या देश में प्रतिदिन कत्ल होने वाले पशुओं की संख्या का कोई अधिकृत आँकड़ा उपलब्ध है, ताकि यह अनुमान किया जा सके कि 'क्या यह संख्या पशु-जगत् की प्रजनन क्षमता की मर्यादा में है या उसका लगातार उल्लंघन हो रहा है?' ख्याल रखना होगा कि पशुओं-में-सभोग पर तो प्रकृति का नियन्त्रण है, किन्तु मनुष्य की सभोग-वृत्ति पर कोई बन्धन नहीं है। पशुओं की आयु भी अधिक नहीं होती। कई प्रजनन-क्षमता-युक्त मादा पशुओं को भी मार डाला जाता है, जिसका कुल जागतिक प्रजनन पर विपरीत प्रभाव पड़ता है। बछड़ों आदि को भी मार डाला जाता है। 'वैल्थ ऑफ इंडिया' में इस सबन्ध में कुछेक आँकड़े उपलब्ध हैं।

७. सूचनाएँ हैं कि गत वर्ष (१९९१) में १ लाख मवेशियों की तस्करी हुई, जिनसे ७०० करोड़ रुपये का मुनाफा हुआ। हिसाब लगाया गया है कि गाय, या बैल से प्राप्त जिस माँस की कीमत देश में सिर्फ १,२०० रु होती है, दुबई में उसके १४ से १८ हजार रुपये आमानी से मिल जाते हैं। खाड़ी-देशों को नियमित माँस-निर्यात भी होता है।

८. गोवध निवारण अधिनियम-१९५५ में हुए मशोधनों से पूर्व १५ वर्षीय अनुद्वर गाय-बैलो का कत्ल कानून की सीमा में था— आज भी वह वैध नहीं है। सशोधित अधिनियम ने गाय की परिभाषा इतनी विस्तृत कर दी है कि अब उसके अन्तर्गत बैल और बछड़े भी आ गये हैं। मवेशी-तस्करी के लिए यह वरदान है, क्योंकि बछड़े के माँस की कीमत सामान्य गोमास की तुलना में दुगनी मिलती है। 'इंडिया टुडे' (३१ जुलाई १९९२) की एक खोजी रिपोर्ट के अनुसार राष्ट्रीय राजमार्ग न३२ स्थित सैयद राजा एक ऐसा केन्द्र है जहाँ से मध्यपूर्व को गोमास भेजा जाता है। रिपोर्ट में कहा गया है कि मध्यपूर्व को हर दिन ३,००० क्विंटल माँस भेजा जाता है। राजस्थान, हरियाणा, पंजा और उत्तरप्रदेश से लगभग ५,००० ट्रक सैयदराजा से पशुओं को ले कर गुजरती है।

७९ 'हिन्दुस्तान टाइम्स' (जुलाई ५, १९९२) में प्रकाशित अमितामिह के एक लेख के अनुसार कत्ल की जाने वाली पशु-प्रजाति में भैम/गोवश ही मुख्य है, किन्तु प्राप्त तथ्यों के अनुसार ऊँट, जिसे 'रेगिस्तान-का-जहाज' कहा जाता है, और जिसके बगैर विशाल राजस्थान नहर का निर्माण सर्वथा अमभव था, को भी कत्ल के लिए कर्नाटक और आन्ध्रप्रदेश भेजा जाता है। बताया गया है कि भेड-बकरियों की कत्ल-दर ३५ से ४० प्रतिशत है, जो एमि देश के लिए जहाँ चारागाही यायावर (खानबदोश/नोमेड्स) की मख्या कुल जनसख्या की ७ प्रतिशत है और जहाँ महिला-प्रधान कुटीरोद्योग इन्ही पशुओ पर आश्रित है, दुश्चिन्ता का विषय है।



८०. एक सर्वेक्षण के अनुसार सूअरो की कत्ल-दर इतनी गगन-चुम्बी है कि उनकी देशी नस्ल लगभग खत्म होने को है। इसी तरह यूरोपवासियों को स्वादिष्ट खाद्य मुहैया कराने के लिए प्रतिवर्ष १० करोड भेडक मारे जाते हैं। यह सब कत्लखानो-मे-बाहर-के-कत्लखानो मे घटित होता है।

८१. २० दिसम्बर १९९२ के 'टाइम्स ऑफ इंडिया' ने कछुए के अस्तित्व-शेष होने की ओर ध्यान आकर्षित किया है। कछुए पर्यावरण का एक अभिन्न भाग है। जलीय अधिवास को साफ-सुथरा रखने, शैवाल को नियन्त्रित करने, तथा मनुष्य-सहित कई जलीय/भू-तलीय प्राणियों की खाद्यपूर्ति करने में उनकी एक विशिष्ट भूमिका है। कई कारणों से कछुए की मूल

आबादी पर गभीर प्रभाव पडा है, किन्तु सबमे बडी वजह बंगाल मे कछुआ-माम की बढ़ती माँग है। कछुए-जैसे निरीह-भूक प्राणी भी अब कमाई-की-छुरी-तले आ गये है, और उनकी आबादी पर भी खतरे की तलवार लटक गया है।

पजाब के डेगबस्मी ग्राम (जिला-पटियाला) मे एक ऐसा कत्लखाना बनाया जा रहा है, जिमका तमाम मरजाम (मामग्री) 'टर्नकी' (जेलर पद्धति) आधार पर न्यूजीलैड की एक फर्म भेजेगी। तैयाग होने पर यह कत्लखाना पश्चिम एशिया, दक्षिण एशिया, उत्तर आफ्रिका मलेशिया, मिश्र, यूएई आदि को प्रतिवर्ष १०,००० टन अस्थि-रहित माम का निर्यात करेगा। कत्लखाने का पेट भग्ने के लिए प्रतिवर्ष लगभग १००,००० स्वस्थ भैमे काटी जाएँगी।

महाराष्ट्र सरकार ने देवनार (बम्बई) मे ८-८ घटो की पाली मे चलने वाला एक आधुनिक कत्लखाना स्थापित किया है, जिमकी प्रति चैन (जजीर) २,००० पशुओ की वध-क्षमता है। कत्लखाने मे तीन चैने (जजीरे) है। इमके अलावा फर्ग-मे-हट कर (ऑफ फलोअर मिस्टम) द्वारा ४०० मे ६०० तक बडे पशु भी प्रतिदिन काटे जाते है।

दिल्ली की आबादी अब ८५ लाख, या इसमे कुछ अधिक ही हो गयी है। सम्प्रति 'दिल्ली कत्लखाने' मे औमतन लगभग ८,००० भेड-बकरियाँ और करीब २,००० भैमे प्रतिदिन काटी जाती है। यह कत्लखाना न सिर्फ नगर के मामाहारियो की जरूरते पूरी करता है, अपितु निर्यात-व्यापार के लिए भी माम उपलब्ध कराता है।

१७ मार्च १९९२ को वाणिज्य उपमन्त्री की अध्यक्षता मे मपन्न एक अन्तर्मन्त्रालयीन बैठक की कार्रवाई मे दर्ज किया गया कि भारत सरकार एक ममन्वित कत्लखाने की स्थापना के लिए उपयुक्त स्थल का चुनाव करे जहाँ माम की घरेलू तथा निर्यात-संबन्धी आवश्यकताओ की पूर्ति की व्यवस्था की जा सके। सरकार ने दिल्ली प्रशासन को कत्लखाने के ममय-बद्ध निर्माण के आदेश दिये है। २९ अप्रैल १९९२ को हुई बैठक मे पुन कहा गया कि उक्त ममन्वित/आधुनिक कत्लखाने को अत्रिलम्ब स्थापित किया जाए।

कृषि-खाद्य तथा समाधित खाद्य उत्पाद निर्यात प्राधिकरण (अपेडा) के अध्यक्ष ने बताया है कि दिल्ली मे होने वाले कच्चे प्रशीतित माम के निर्यात का ३०-४० प्रतिशत निर्यात दिल्ली कत्लखाने मे होता है, अत

दिल्ली-के-मीमान्त-क्षेत्र में एक सपूर्णत पर्यावरण-सगत कत्लखाना बनाया जाए, ताकि निर्यात-व्यापार की जरूरतें पूरी की जा सकें।

८५. दक्षिण भारत की मशहूर फिल्म तारिका अमला नक्कर भारतीय कत्लखानों की दिल दहलाने वाली बीभत्सता पर जल्दी ही एक डाक्यूमेंट्री फिल्म बनाने वाली है, किन्तु इस बीच वे अत्यन्त धैर्यपूर्वक अन्य तौर-तरीकों से पशुओं पर होने वाले मत्राम को कम करने-कराने की कोशिश करती रहेगी। सम्प्रति वे हैदराबाद-स्थित ब्लू क्रॉम सोमायटी की सचिव हैं, और कुत्तों के साथ होने वाले क्रूर बर्ताव को कम कराने में लगी हैं।

८६ कत्लखानों के इस रहस्य को बहुत कम लोग जानते हैं कि जब वहाँ के फिमलन-भरे फर्श पर कत्ल के लिए ले जाए जाते पशुओं को घसीटा जाता है तब उनके भीतर का तमाम आतक, त्राम, और क्रोध प्रकट हो पड़ता है। आतक और खौफ की यह पराकाष्ठा पशु-रक्त में एक शक्तिशाली जैव-रासायनिक (बायो-केमिकल) कारक (एजेंट) 'एड्रेलिन' को पूरे शरीर में प्रवाहित कर देती है। उक्त कारक, पशु-वध के बाद उसके मांस में बच रहता है, और मांस को विपाक्त बना देता है।

८७ जापान, आयरलैण्ड, फ्रांस, पौलैड, और इण्डोनेशिया में प्रत्येक रविवार, मीरिया, अरब में हर शुक्रवार, आस्ट्रिया, और जर्मनी में हर शनिवार और रविवार, पाकिस्तान में प्रत्येक मंगलवार और बुधवार, तथा श्रीलंका में प्रतिपदा, अष्टमी, अमावस्या, और पूर्णिमा को कत्लखाने बंद रखे जाते हैं।

८८ कत्लखाने अन्तर्विरोध की एक अबूझ पहली है। वे ऐसे तमाशे हैं जो दमन और अमृत्य की नींव पर खड़े हुए हैं। मांस-उद्योग में जागरूकता, विवेक, सवेदनशीलता, और मानवीयता निषिद्ध शब्द हैं। वहाँ निष्ठुरता, क्रूरता, रक्तपात, बर्बरता, शोषण, अमृत्य तथा हिंसा स्वीकृत शब्दावली हैं।

८९. पश्चिम प्रभाव के कारण कत्लखाने (मांस-उद्योग) पशुओं को निर्जीव यन्त्र (मशीन) मान कर चलते हैं, किन्तु भारतीय संस्कृति में इस विचार की प्रतिष्ठा नहीं है। सच्चाई यह है कि जब पशु मनुष्य की सेवा कर चुके अथवा विकलांग या वृद्ध हो पड़े तब मनुष्य की बारी आती है कि वह उसकी सेवा करे। यह भारतीय परम्परा है, करुणा की विरामत है, किन्तु जब हम किसी पशु को मात्र एक मशीन मान लेते हैं और

पाते हैं कि वह निकम्मा, और अनुपयोगी हो गया है, तब उसे कत्लखानो को सौंप देते हैं। कत्लखानो का यह नीतिशास्त्र पश्चिम के लिए भले ही सार्थक हो, किन्तु भारत के जन-जीवन से एकदम असगत और अयुक्तियुक्त है।

इडियन स्टैंडर्ड्सब्यूरो (भारतीय मानक प्रभाग) ने कत्लखानो में स्वच्छता के रख-रखाव, वध्य पशु की वध-पूर्व (एटी-मोर्टेम) तथा वधोत्तर (पोस्टमोर्टेम) जाँच, मास और पशुओं के यातायात के सबन्ध में अनेक मानक निर्धारित किये हैं ये हैं— १ आईएस १९८२ १९७१ (वध्य पशुओं, मीट एनीमल्स) के वध-पूर्व/वधोपरान्त निरीक्षण के क्रियान्वयन की संहिता - प्रथम पुनरीक्षण)। २ आईएस ७०५३ १९७३ (छोटे पशुओं के मास की बिक्री के लिए लगाये जाने वाले स्टॉल की मूलभूत आवश्यकता)। ३ आईएस ८७०० १९७७ (बड़े पशुओं के मास की बिक्री के लिए लगाये जाने वाले स्टॉल की बुनियादी ज़रूरत)। ४ आईएस ८८९५ १९७८ (कत्लखाने के उप-उत्पादों की साल-सँभाल, उनके संग्रहण एवं यातायात के लिए मार्गदर्शन)। ५ आईएस ४१५७ (पीटी २) १९८३ (पशुओं के यातायात की नियमावली भाग-२/पशुओं के रेल या सड़क मार्ग से लाने-ले जाने की नियमावली - प्रथम पुनरीक्षण)। ६ आईएस ४१५७ (पीटी ३) १९८३ (पशुओं के यातायात की नियमावली/भाग-३, भेड-बकरियों का रेल/सड़क से लाना-से-जाना - प्रथम पुनरीक्षण)। ७ आईएस ५२३६ १९६२ (सूअरों के रेल/सड़क यातायात की नियमावली - प्रथम पुनरीक्षण)। ८ आईएस ४३९३ १९७९ (कत्लखानो की मूलभूत आवश्यकता- प्रथम पुनरीक्षण)। ९ आईएस १३०६१ १९९१ (मास तथा मास-उत्पादनो में सालमोनेला का पता लगाना, सदर्थ पद्धति)। १० आईएस ६६२८ १९७२ (कत्लखानो में फिसल-पटरियों का उपयोग)। ११ आईएस ६७८२ १९७२ (हॉग गेम्ब्ल्स)। आईएस ६९५० १९७३ (पिग हुक्स)। १३ आईएस ७८९१ १९७३ (अखाद्य सड़े-गले मास को ढोने वाली ट्रॉलियाँ)। १४ आईएस ७९०९ १९७५ (सूअर को दिये जाने वाले विद्युत् आघात के लिए काम में लाने वाली सडासियाँ)। १५ आईएस ११५३३ १९८५ (भेडों के लिए ड्रेसिंग हुक)। १६ आईएस ११६३१ १९८५

(भेड-बकरियों के लिए दुढालू छते)। आईएस १२१८७ १९८७
 (भेड-विस्तारक/शीप स्प्रेडर)। १८ आईएस १२१९० १९८७
 (भेड-रक्तस्रावी बन्धन)। १९ आईएस १२४८६ १९८८
 (मास-निरीक्षण मेज)। २० आईएस १२४८७ १९८८ (छोटे पशुओं के सडे-गले मास की साल-सँभाल की मेज।

नि सदेह यदि कल्लखानो मे उक्त मानको का दृढतापूर्वक अक्षरशः पालन कराया जाए तो देश के आधे से अधिक कल्लखाने बंद कर देने होंगे। राज्य सरकारो को चाहिये कि वे कल्लखानो से सबन्धित निरीक्षको को कठोर निर्देश दे।

९३. ताजा आँकडो के अनुसार देश मे ३६,०३१ सार्वजनिक कल्लखाने (पब्लिक स्लॉटर हाउसेज) है, जिनमे-से ५ आधुनिकतम, २ कल्लखाना-मास-ससाधन-समन्वित कारखाने (जिनमे मुख्यत भैसो का कल्ल होता है), तथा २४ निर्यातोन्मुख मास-इकाइयाँ है।

९४. विपणन एव निरीक्षण निदेशालय (डीएमआई) के वरिष्ठ अधिकारियों के अनुसार मास-निर्यातको से हुए कतिपय नये गठबन्धनो से मास की गुणवत्ता पर नियन्त्रण रखने वाली धाराएँ शिथिल कर दी गयी हैं ताकि भैस-के-मास मे गो-मास की मिलावट की जा सके। विश्वसनीय सूत्रो के अनुसार इस कानूनी शिथिलता से सरकारी राजस्व मे २० करोड रुपयो का नुकसान हुआ है।

९५. मास-निर्यात के जीवाणुगत मानको (बैक्टीरियालॉजिकल स्टैण्डर्ड्स) को काफी शिथिल कर दिया गया है। पूर्व नियम के अनुसार एस्वीरिकिया कोली का प्रति ग्राम गणकाक (काउंट) १०० था, किन्तु अब इसे १,००० कर दिया गया है। इस शिथिलन से पशु-वध को बढावा मिला है।

९६. अल-कबीर एक्सपोर्ट लिमि का लक्ष्य प्रतिवर्ष १५,००० टन जमा हुआ भैस-मास तथा ३,००० टन से अधिक गोमास/अन्य मास निर्यात करने का है। कम्पनी इस विपणन से १२४ करोड रुपये कमाना चाहती है, जिसके फलस्वरूप सरकार को ६० करोड रुपयो की विदेशी मुद्राएँ प्राप्त होगी, किन्तु देशवासियों को शायद यह नही मालूम है कि इससे देश को कई हजार करोड रुपयो की पशु-सपदा का नुकसान होगा, विशेषत उस पशु-सपदा का जिससे सकल राष्ट्रीय उत्पाद (जीएनपी)



पशुओं के सामूहिक कत्ल का एक खौफज़दा दृश्या देखे, किस तरह जुल्म डाने वाले लोग गिद्धों की मानिंद टूट पड़ते हैं बेजुबान-निरीह पशुओं पर!!

महाजनम् के सौजन्य में



कुछ पशुओं का कत्ल हो चुका है, कुछ का जारी है। कत्तल (वधिका) अपनी सून-मे-सनी-छुरी से उनकी खाल उतारने में लगे हैं। एक गाय की टाँगें काट दी गयी हैं। एक कत्तल उसकी पूँछ दबाये हुए है, दूसरा बड़ी बेरहमी से उसकी खाल उतार रहा है। यह है हमारा देश जहाँ कभी दूध-की-नदियाँ बहा करती थी, और अब जहाँ सून-का-दरिया धम नहीं पा रहा है।

महाजनम् के सौजन्य में



अहिंसा की इस शस्यश्यामला धरती पर जिन्दगी के साथ वेजान जिन्स की तरह का मुलूक होता है -
 यहाँ जीवन का अव मूल्य ही क्या रह गया है? केअर नई दिल्ली के सौजन्य से



सब और बकरे-बकरियों के
 सरो के 'पहाड' दिखायी दे रहे हैं।
 पढे, इनकी सतप्त आँसु मे वह
 महाप्रलय जो जल्दी ही इसान की
 इस हिंसक/कत्ताल तहजीब को
 राख-के-ढेर मे बदल देगा। आज
 पैसे ने परमेश्वर की जगह ले ली है,
 किन्तु याद रहे कुदरत इसान के
 इस कुकृत्य को कभी माफ नहीं
 करेगी।

केअर नई दिल्ली के सौजन्य से



क्रूरता - पराकाष्ठा है इसकी यह!। कसाई के दो क्रूर/जालिम हाथ तसले में गलनस से गर्म लहू इकट्ठा कर रहे हैं। इसके बाद यही हाथ उतारेगे खाल और ससाधित करेंगे गोश्त, देश की पाँच सितारा होटलो के लिए।



यह है एक बेकस-बेकसूर गाय। एक दरिद्रा इसान एक हाथ से इसकी पूंछ दबाये हुए है, और दूसरे से गलझालर। एक अन्य कसाई गाय की गलनस (जेगुलर वीन) से लहू की धार निकाले हुए है। कैसी बेकमी है - टांगें बँधी हैं, पूंछ खिंची है - क्या इस गौ-माता की आँख में आप आने वाले किसी प्रलय की आहट नहीं सुन रहे हैं?



एक हाथ में
की टांगे हैं, ३
दूसरा उसके
नोच रहा है।
जमी पर दूध
नदियाँ बहती
उसी पर आज
के कतरे और गे
के छीछडे पडे हैं।

११



लहू से यह तसला - लगता है अपनी मौत-के-मुँह में रवाँ है मुल्क! ।

का १० प्रतिशत बनता है। पशुओं का कत्ल करने की दो कसौटियाँ हैं—
उनका विकलाग होना, अथवा बीमार होगा।

यदि हम भारतीय भेड़ों को मास के लिए मारने की जगह उनकी ठीक से देख-भाल करे तो उनसे प्रतिवर्ष ४५० करोड़ रुपये मूल्य का खाद, ४० करोड़ रुपये का ऊन, और ५०० करोड़ रुपये जितना दूध प्राप्त कर सकते हैं, किन्तु हम उन्हें मास की खातिर मार कर २७ करोड़ रुपये मूल्य का ऊन विदेशों से मँगाते हैं, और हजारों बुनकरों की रोटी-रोजी छीनते हैं।

भारत सरकार द्वारा मास-उद्योग के विकास के लिए नियुक्त विशेषज्ञ-समिति के अध्यक्ष एन.एस. स्वामी ने भारतीय सस्कृति को बाला-ए-ताक रख कर कत्ल-से-पूर्व, वध्य पशुओं को मूर्च्छित करने के लिए भारतीय कत्लखानों को ५ करोड़ रुपये के मूल्य की 'केप्टिव्ह बोल्ड पिस्तौले' देने की सिफारिश की है।

श्री बी.के. टिकदर ने अपनी बहुमूल्य कृति 'वाइल्ड लाइफ ऑफ इण्डिया' (भारत में वन्य जीवन) में स्व. प्रधान मंत्री प. जवाहरलाल नेहरू का यह महत्त्वपूर्ण कथन दिया है कि 'मैं आश्चर्य-चकित हूँ कि ये पशु और पक्षी जिन्हें यदि संयोगवश सोचने-बोलने की क्षमता मिल जाए तो मनुष्य के बारे में क्या सोचेंगे, और उसके बारे में क्या बयान देंगे? मुझे सदेह है कि उनका बयान मनुष्य के प्रति सद्भावनापूर्ण होगा। हमारी (गौरवशाली) सस्कृति और सभ्यता के बावजूद मनुष्य न सिर्फ बर्बर बना हुआ है, अपितु जिन्हें हम वन्य पशु कहते हैं, उनसे भी अधिक खतरनाक है। स्व. पण्डितजी की यह टिप्पणी भारतीय क्षितिज पर तेजी से करवट ले रही कत्लखाना-सस्कृति पर एक करारा तमाचा है।

‘अल-कबीर एक्सपोर्ट्स लिमिटेड’ के यान्त्रिक कत्लखाने 'आधुनिक खाद्य ससाधन योजना' (मार्डन फूड प्रोजेक्ट) जैसी मगलभाषी शब्दावली का इस्तेमाल कर भारतीय नागरिकों की सांस्कृतिक ठगी कर रहे हैं। वे अत्यन्त कपटपूर्ण शैली में हजारों निरीह पशुओं का क्रूर, और घृणित कत्ल कर विदेशी मुद्रा अर्जित करने के नाम पर सरकारी खेमों से शाबाशी प्राप्त कर रहे हैं।

□□

कत्लखाना-तहजीब हिन्दुस्तानियों को नंगा-भूखा रख कर गोरो के तन-बदन पर अधिक चर्बी चाहती है

- मैकडॉनॉल्ड, केटुकी फ्राइड चिकन, टाटम फार्म, विम्पी, वेडी इत्यादि बहुराष्ट्रीय कपनियाँ भारत में अपने पाँव जमा रही हैं, इस तरह दुनिया के गरीब देशों को अधिकतम खाद्य-निर्यात के लिए अपने खूनी शिकजे में कम रही हैं। खयाल रहे, मैकडॉनॉल्ड का, साम्राज्यवाद से सीधा सबन्ध है। यह कंपनी काले लोगों को अधिक गरीब और भूखा रखना चाहती है तथा गोरो के बदन पर अधिक चर्बी चाहती है। इस तथ्य को जान कर आप स्तब्ध रह जाएँगे कि पशुओं को जो १४ करोड़ ५० लाख टन अनाज, और मोया खिलाया जा रहा है, उसमें-में प्रतिवर्ष सिर्फ २ करोड़ १० लाख टन मास उत्पादित होता है अर्थात् २० अरब अमरीकी डॉलर मूल्य का १२ करोड़ ४० लाख टन अनाज प्रतिवर्ष नष्ट हो जाता है। उपर्युक्त धनराशि से विश्व की सम्पूर्ण आबादी को एक वर्ष के लिए खाना, कपडा और मकान उपलब्ध कराये जा सकते हैं। यह है भयावह कत्लखाना-तहजीब जिसे हमारी सरकार बहुराष्ट्रीय कपनियों के षडयन्त्र में शकल देने में लगी है।
- याद रखे जब भी आप 'बिग मैक' को कुतर रहे होते हैं, तब आप 'मैकडॉनॉल्ड साम्राज्य' द्वारा इस ग्रह (प्लेनेट) को सर्वनाश की ओर धकेल रहे होते हैं। मैकडॉनॉल्ड उत्पादों में वसा, शकर, मास, और सोडियम (नमक) होते हैं, जो छाती और आँत के कैंसर तथा हृदय-रोग के प्रमुख कारण बनते हैं।
- मैकडॉनॉल्ड का 'मीनू' (आहार-सूची) पूरी तरह मास पर आधारित है, इसका मतलब है कि वह पशुओं की पैदाइश, परवरिश, और कत्ल केवल 'मैकडॉनॉल्ड-उत्पादों' के लिए करता है।
- सरकार ने काफी सोच-विचार के बाद मैकडोनाल्ड को भारत में रेस्त्राँ-श्रृंखला खोलने की अनुमति दी है, जहाँ वे मास, मुर्गी, मछली, दूध, मज्जी, अनाज के बने खाद्य पदार्थ बेचेंगे। -१३ १२ १९९३, डॉ. जी.एम. सिंह, उपायुक्त (महागण्डू/मध्यप्रदेश) भारत सरकार, खाद्य प्रोमोशन उद्योग मन्त्रालय, पंचगीत भवन, मेनगाँव मार्ग नई दिल्ली-११० ०८९।



हम है कत्ल किये गये जानवरों
की
जिन्दा कब्रें
उन जानवरों की
जिन्हें हमने अपनी भूख मिटाने
के लिए
कत्ल के घाट उतारा।
यदि मनुष्य की तरह
पशुओं को भी अधिकार
होते कभी तो....?

—जॉर्ज बर्नार्ड शॉ

नई दिल्ली ईदगाह कत्लखाने से रोजाना निकलने वाला १३ हजार लीटर खून यमुना नदी में ही नहीं बहता बल्कि बड़ी-बड़ी दवा-कंपनियाँ टॉनिक बनाने के लिए उस खून का कतरा-कतरा खरीद लेती हैं। कत्लखाने में काटे जाने वाले पशुओं के रक्त का यह इस्तेमाल एक लम्बे अर्से से होता आ रहा है।

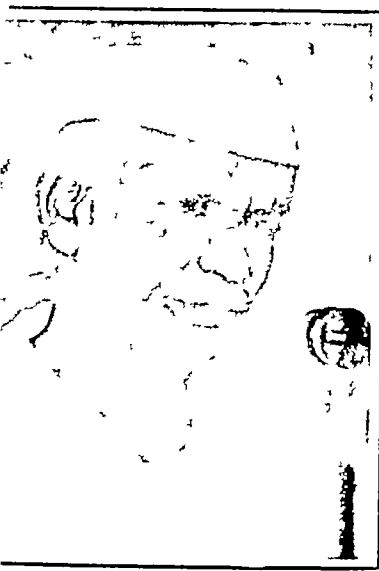
खासतौर पर गर्भवती महिलाओं के लिए पशुओं के खून से बनने वाला 'डेक्सोरेज' टॉनिक बहुत लोकप्रिय है। खून ही नहीं, काटे गये पशुओं के तक्ररीबन हर अंग का इस्तेमाल टूथपेस्ट, सरस, फेवीकोल, चीनी के बर्तन, सनमाइका, इसुलिन इजेक्शन इत्यादि के बनाने में होता है।

एक तथ्य यह भी है कि कत्लखाने के कसाई खून बेच कर होने वाली कमाई को 'हराम' मानते हैं और इसीलिए इस आमदनी से ईदगाह के पास ही एक मुफ्त दवाखाना चलाया जाता है।

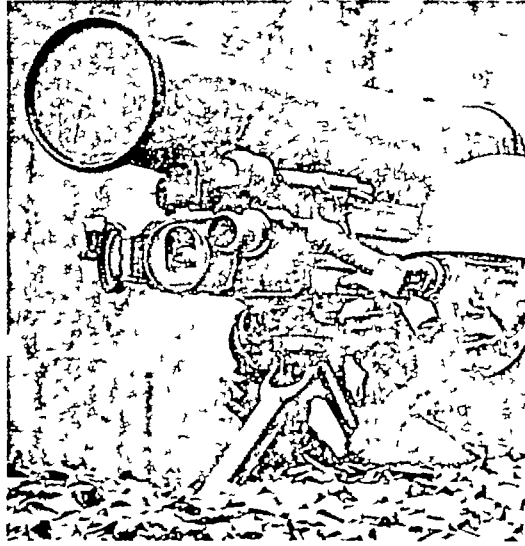
—ताहिरखान, 'सरेराह' पाकि, अजमेर, २२४ १९९४



“मैं कसाईखानो को बिलकुल नापसंद करता हूँ। मैं जब कभी किसी बूचडखाने के पास से गुजरता हूँ, मेरा दम घुटने लगता है — वहाँ कुत्तो का झपटना और चील-कौओ का मेंडराना घृणास्पद लगता है। पशु हमारे देश के धन हैं। इनके हास को मैं कदापि पसंद नहीं करता। सरकार ने लाहौर में जो कसाईखाना खोलने का निश्चय किया है, मैं उसका घोर विरोध करता हूँ। इसके विरोध में देशवासी जो भी कदम उठायेंगे, मैं उनके साथ रहूँगा। और प्रबल जन-विरोध के आगे विदेशी सरकार को घुटने टेकने पड़े थे तथा प्रस्तावित योजना को रद्द करना पडा था।



आप क्या सोचते हैं कि जय पशुओ को वर्वर्तापूर्वक नोचा, धसीटा या म जाता है, तब दुनिया में कुछ भी घटित नहीं होता? होता है, किन्तु हम उस समीक्षा से धवराते हैं। वैज्ञानिक आइन्स्टाइन की पीडा-तरंगो की विश्व (ईपीडब्ल्यू) की जानकारी हमें नहीं है, किन्तु यह तथ है कि कल्लखानो के जन्म से उठने वाली तरंगो का जो विश्लेषण हुआ है और संपूर्ण प्रक्रिया पर निरर्क-मगत ढग में विचार हुआ है, वह भावनात्मक न हो कर अत्यन्त वैज्ञानिक कल्लखानो से प्रवाहित क्रूरता-तरंगो पूरे विश्व में व्यापती न हो, ऐसा कभी हो नहीं सकता। यह इन्ही तरंगो का नतीजा है कि भावनात्मक रूप में आज हमारा समाज वर्वर्ताओ और क्रूरताओ की भयानक गिरफ्त में है और दुनिया जगह-जगह भूकम्प आने लगे हैं। हमारे देश में जब-जब हिंसा और क्रूरता का विस्तार हुआ है, धरती कांपी है और उसने हिंसा को पूरी तरह नकारा है। ब्रह्माण्ड अथवा पृथ्वी ने कभी हिंसा/वर्वर्ता को वर्दाशत नहीं किया — उसने सदैव इस पर अमहमति के हस्ताक्षर ही किये हैं।

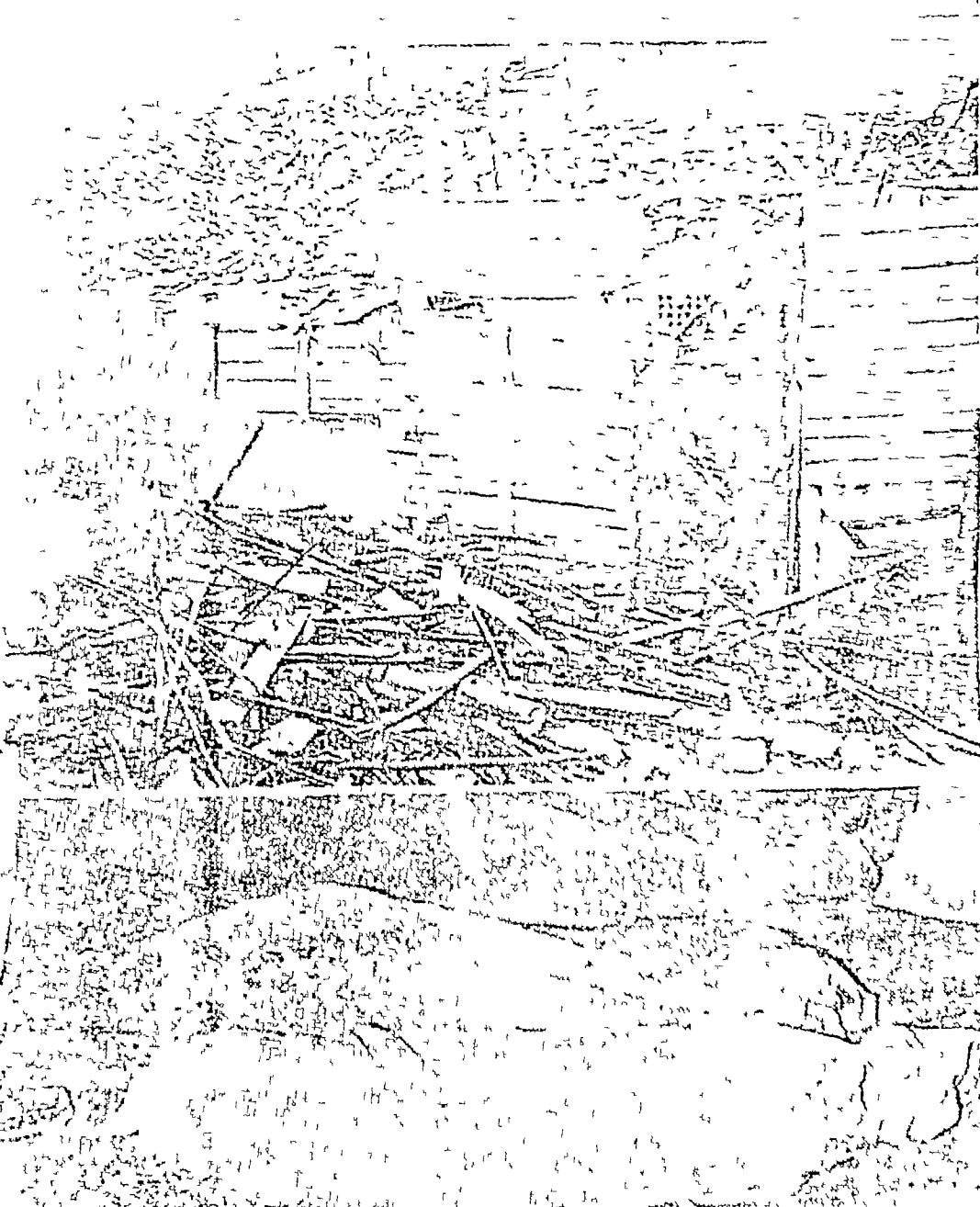


भारत की वजह

, युद्ध, क्रूरता, हिंसा, हत्या

डॉ. नेमीचन्द

दुनियाँ का ऐसा कोई रास्ता, जलन, या प्रहार नहीं है
जिससे प्रतिद्वन्द्विता न होनी हो। रास्ता फिर वह आहूत
न जिस पर ही या किसी कसूरियों के जगह पर उसका
शभाव दुनियाँ पर न हो यह असंभव है।



भूकम्प की वजह

कत्लखाने, युद्ध, क्रूरता, हिंसा, हत्या

डॉ नेमीचन्द

हीरा भैया प्रकाशन इन्दौर मध्यप्रदेश



भूकम्प की वजह डॉ० नेमीचन्द, © हीरा भैया प्रकाशन, प्रकाशन - हीरा भैया प्रकाशन, ६५ पत्रकार कालोनी, कनाडिया मार्ग, इन्दौर- ४५२ ००१, मध्यप्रदेश, मुद्रण - नईदुनिया प्रिन्टरी, बाबू लाभचन्द छजलानी मार्ग, इन्दौर - ४५२ ००९, आवरण देवकृष्ण लाम्बोले, शा मीठालाल हीराणी [अशोककुमार, घीसुलाल, महेन्द्र कुमार, वीमल कुमार, मुकेश कुमार (सुपुत्र), आशीश, पीयूष, रोहित (पौत्र), श्री उकचंदजी हीराणी (पिताश्री)], रेवतडा (राजस्थान), एव श्रीमती चन्दाबाई सुजानमल जैन (प्रदीप बस रानापुर) के आर्थिक सहयोग से अल्प मूल्य में प्रकाशित, प्रथम बार जून - १९९७, द्वितीय बार अक्टूबर २०००, मूल्य - पाँच रुपये।

क्यों आते हैं भूकम्प?

सामान्यतः भूकम्प धरती की सतह पर उसके गर्भ में घटित चट्टानी अथवा ज्वालामुखीन तब्दीली को कहा जाता है। इस सबन्ध में पौराणिक कल्पनाओं के अलावा कई भौतिकी-उपपत्तियाँ भी हैं। सन् १८५६ के आसपास भारतीय भूकम्पों के अध्ययन-अनुसन्धान का सिलसिला शुरू हुआ। डब्ल्यू टी ब्लैडफोर्ड, फ्रान्सिस फेडन, एड्युअर्ड स्यूस, अल्फ्रेड वेजर, टी ओल्धम तथा आर डी ओल्धम ने इस क्षेत्र में अपूर्व योगदान किया। चार्ल्स फ्रान्सिस रिक्टर ने भूकम्पी तीव्रता मापने के लिए एक पैमाना (स्केल) विकसित किया, जिसे उनके नाम से 'रिक्टर स्केल' के रूप में जाना गया।

वस्तुतः भूकम्पी तरंगों के अध्ययन ने वैज्ञानिकों को धरती के आन्तरिक गठन को समझने में बड़ी मदद की। इन तरंगों को प्राथमिक तथा द्वितीयक दो श्रेणियों में बाँटा गया और विश्व के तमाम भूकम्पों का वारीकी से अध्ययन किया गया, किन्तु इस तथ्य की एक आम आदमी ने अनदेखी कर दी, कि किसी भी कार्य या प्रभाव की सिर्फ एक ही वजह नहीं होती, बल्कि कई वजहें हो सकती हैं। उसने वैज्ञानिकों के सिर्फ भौतिकी-सबन्धी निष्कर्षों को मान लिया शेष निष्कर्ष, या उपपत्तियाँ या तो उस तक पहुँची नहीं या उस तक पहुँचायी नहीं गयी।

भूकम्पों की भी यही स्थिति है। उनके आने का सिर्फ एक ही कारण नहीं है, या हम जिन कारणों को जानते हैं, उतने ही नहीं है, बल्कि अनेक कारण हैं, जिनका आगे चल कर पता लगेगा - लग सकता है। विज्ञान की विशेषता है कि वह कभी भी किसी भी स्थिति में किसी अध्ययन या खोज को अन्तिम नहीं मानता और भावी सभावनाओं के लिए अपने द्वार प्रतिक्षण खुले रखता है।

भूकम्प को ले कर जो अध्ययन हुए हैं, जब हम उनकी क्रमवद्ध समीक्षा करते हैं, तब पता चलता है कि वे इकतर्फी हैं, उनमें मात्र पार्थिव या भौतिक स्थितियों पर विचार किया गया है तथा उन स्थितियों की अनदेखी कर दी गयी है, जो भौतिकी के इलाके से बाहर निकल गयी है, या उसके लिए विजातीय है। वर्ष १९९५ में दिल्ली विश्वविद्यालय के तीन अध्येताओं डॉ० मदन मोहन वजाज, एम एस एम इब्राहिम तथा विजयराजमिह ने सूजडल (रूस) में चट्टानों में बघशाला-जनित भू-रेखिक प्रत्यक्ष पीछा-तरंगों के पारस्परिक प्रभाव (इटरएक्शन ऑफ अवर्टॉयर-जेनरेटेड नॉन-लीनियर इलास्टिक पैन वेव्स इन रॉक्स) पर प्रयोगशाला में प्रयोग किये। उन्होंने दुनिया के सामने एक नयी उपपत्ति प्रस्तुत की और अत्यन्त आश्चर्य से स्थापित किया कि भूकम्पों की वजह हिंसा, हत्या, क्रूरता, कत्लखाने और युद्ध हैं, यदि इन्हें बंद या कम कर दिया जाए तो वे या तो सौमित हो जाएँगे या उनकी तीव्रता मंद पड़ जाएगी।

उनकी यह उपपत्ति (तर्क) काल्पनिक नहीं है, बल्कि उन तमाम वैज्ञानिकों का समवेत निष्कर्ष है, जो इन तीनों से पहले भूकम्प की प्रक्रिया के प्रति लगातार सजग और चिन्तित रहे हैं।

महान् वैज्ञानिक अल्बर्ट आइन्स्टाइन के नाम पर जिन 'पीछा-तरंगों' का अभिहित किया गया है, हम किसी भी हालत में उनकी उपेक्षा नहीं कर सकते। आइन्स्टाइन पीछा ससार की पीछा की सर्वोच्च तीव्रता है, जो तब अस्तित्व ग्रहण करती है, जब पशु-पक्षियों अथवा किसी भी जीवधारि का बूचड़ या फसाई खाने में फल्ल किया जाता है। इस दृष्टि से इन तीन वैज्ञानिकों द्वारा अक्टूबर १९९५ में लिखी नयी किताब 'ईटिओलॉजी ऑफ अर्थक्वैक्स - ए न्यू अप्रोच' (भूकम्पों का कारण - विज्ञान एक नयी व्याख्या) भूकम्प-विज्ञान के क्षेत्र में एक नवीन अध्याय उघाडती है। इस बहुमूल्य कृति में इन वैज्ञानिकों ने जो कुछ कहा है यदि उसकी अनदेखी की गयी, या वाणिज्यिक, राजनैतिक अथवा अन्य किन्ही कारणों से उनका विशेषज्ञ द्वारा वस्तुनिष्ठ परीक्षण नहीं कराया गया तो इसके जो भी नतीजे निकलेगे उनके लिए सरकार उत्तरदायी होगी। जब देश के कई हिन्दी-अंग्रेजी ममाचार-पत्रों ने, इन निष्कर्षों को रेखांकित किया है, तब एक ऐसी युगान्तरकारी निष्पत्ति के प्रति कोई भी, विशेषतः एक नागरिक, उदासीन कैसे रह सकता है?

इस सदर्थ में 'द सीक्रेट लाइफ ऑफ प्लाडम (पैग्विन, १९७३) के पृष्ठ २६ और ८६ को भी देखा जाना चाहिये, जिनमें क्रमशः वैज्ञानिक वैक्स्टर तथा डॉ० जगदीशचन्द्र वसु ने ब्रह्माण्ड की परस्पर सघन सबद्धता (इटरकनेक्टेडनेस) को उदाहरण दे कर समझाया है। डॉ० वसु ने

रॉयल सोसायटी के सर माइकल फोस्टर से जब यह कहा कि 'क्षमा करे यह धात्विक टिन की प्रतिक्रिया का ग्राफ है' तब वह स्तब्ध रह गया (मई १९०१)। वैज्ञानिक बसु की खोज ने यह सिद्ध किया है कि धरती के गर्भ में जो भी है, वह सवेदनशीलता से भरपूर है, इसलिए यह संभव ही नहीं है कि ब्रह्माण्ड (यूनीवर्स) में कहीं भी कुछ भी घटित हो और उसका एक-दूसरे पर प्रभाव न पड़े, और फिर यह निष्कर्ष भी ठीक नहीं है कि सिर्फ जड़ या भौतिक घटनाएँ ही विश्व या ब्रह्माण्ड को प्रभावित करती हैं, वे समस्त घटनाएँ भी इसे प्रभावित करती हैं, जो इस पर निवास करने वाले जीवधारियों से संबन्धित हैं।

ऐसी स्थिति में यह कैसे संभव है कि विश्व में करोड़ों जीवधारियों को उनके प्रकृति-प्रदत्त जीने के अधिकार से अकाल वंचित कर दिया जाए, उन्हें बेरहमी से मौत के घाट उतार दिया जाए और कहीं कोई प्रतिक्रिया न हो? क्या युद्धो, कत्लखानों, हत्याओं, और अन्य घिनौनी हिंसाओं का विश्व या ब्रह्माण्ड को बुनावट पर कोई असर नहीं पड़ता है? पड़ता है, अत्यधिक पड़ता है—यह बात अलग है कि हम उसका अनुभव नहीं कर पाते या हमारे पास उस तरह का अनुभव करने का कोई साधन नहीं है। ब्रह्माण्ड का कण-कण सवेदनशीलता से अनुप्राणित है, अतः वे पीडा-तरंगों से अप्रभावित रहे, यह असंभव है।

एक सर्वेक्षण (सन् १९८९) के अनुसार भारत में प्रतिवर्ष वैध-अवैध रूप में लगभग १५ करोड़ पशुओं को मासाहार के निमित्त मारा जाता है। भारत में प्रति व्यक्ति मास-खपत का औसत १.२५ किलोग्राम मास है, जिसे बढ़ा कर ३ किग्रा करने की भरपूर कोशिश की जा रही है। १.१५ किग्रा मास-खपत की दृष्टि से ४,१०,९८६ पशुओं की हत्या प्रतिदिन हो रही है और जब यह औसत प्रतिदिन ३ किग्रा हो जाएगा तब लगभग ९,८६,३६६ पशुओं का कत्ल प्रतिदिन होगा। आप क्या सोचते हैं कि जब इतने पशु मारे जाएँगे तब इस देश या विश्व की धरती अप्रभावित रहेगी? और फिर यह जरूरी नहीं है कि कत्ल जिस जगह किया जाए या युद्ध जिस जगह जूझा जाए, प्रभाव वही हो, वह अन्यत्र कहीं भी हो सकता है। जबलपुर का भूकम्प (२२ मई १९९७) ईरान के भूकम्प के कारण हुआ माना गया है। यद्यपि यह अभी अपुष्ट है, किन्तु यदि विश्व के समस्त भूकम्पों की तटस्थ समीक्षा की गयी तो सुनिश्चित है कि उपर्युक्त तथ्य की सपुष्टि सफलता से हो जाएगी।

ध्यान रहे प्रकृति के अपने प्रवन्ध हैं, जिन्हें ठीक से समझने की आवश्यकता है। स्पष्ट है कि जब भी हम उसके प्रवन्ध या उसकी व्यवस्था का उल्लंघन करते हैं, दुर्घटनाएँ होती हैं, बवंडर आते हैं, तूफान उठते हैं और मनुष्य को व्यापक भवनाश का सामना करना पड़ता है। प्रकृति के स्वाभाविक प्रवन्ध में कत्लखानों और युद्ध मनुष्य की अत्यन्त दुर्भाग्यपूर्ण दखलन्दाजी है, जिनकी वजह से वर्तमान पीढ़ी तो अभिशप्त हुई ही है, किन्तु यदि यह सिलसिला जारी रहा तो आनेवाली पीढ़ियों पर इस सबकी काली छाया अवश्य पड़ेगी।

जिसे 'विसालोजी' या 'विस थियरी (सिद्धान्त)' कहा गया है, और जिसकी इस पुस्तक में अन्यत्र चर्चा है, वह एक महत्त्वपूर्ण सिद्धान्त है, जिसकी व्याख्या अविजम्ब की जानी चाहिये और जिसे स्पष्ट शब्दों और सरल भाषा में लोगो तक पहुँचाना चाहिये ताकि लोग यह जान सकें कि ऐसे कौन से कारण, या कूटनीतिक चाले हैं जिनकी वजह से उन्हें अहिंसा, करुणा और महत्त्व के रास्ते पर चलने से रोका जा रहा है। 'विस सिद्धान्त' कोई नैतिक या सांस्कृतिक या वाणिज्यिक अभियान, या आन्दोलन नहीं है वरन् धरती को बचाने और उसे सुखी/समृद्ध बनाने का एक वैज्ञानिक सिद्धान्त है।

हमारे इस प्रकाशन का उद्देश्य उत्तरकाशी (१९९१), लातूर (१९९३), तथा जबलपुर (१९९७) में जो भूकम्प आये हैं उनके कारणों के प्रति लोगो को सतर्क करना है ताकि वे स्वयं स्थिति की समीक्षा करें और एक अहिंसामूलक/मानवीय सवेदनशीलता से फली-फूली समाज-रचना में भागीदारी कर देश-दुनिया के पर्यावरण की रक्षा करें - उसे स्वच्छ बनायें। आश्चर्य की बात है कि जब ब्रिटेन जैसे विकसित देश ने गत दशक में अपने २५ प्रतिशत कत्लखानों पर ताले डाल दिये हैं, तब हम शहरी कत्लखानों (सिटी एवॉर्टोर्यर्स/सीए) को ग्रामीण कत्लखानों (रूरल एवॉर्टोर्यर्स/आरए) में रूपान्तरित करने की एक व्यवस्थित योजना बना रहे हैं ताकि देश की जो प्राकृतिक मरचना है, वह छिन्न-भिन्न हो जाए और वह जल-दुष्काल, भूकम्प वाढ़, अनावृष्टि इत्यादि के शून्य शिकंजे में कम जाए।

भूकम्प और कत्लखाने

हम देख रहे हैं कि हमारे देश में कत्लखानों का जमावड़ा लगातार बढ़ रहा है। अल-कवीर समूह (दुवई) जहाँ-तहाँ कत्लखानों की स्थापना के लिए सैध लगा रहा है, पेशकदमी कर रहा है। आन्ध्रप्रदेश में उसे जनता के विरोध का सामना करना पड़ा, किन्तु कुछ दिनों बन्द रह कर अब वह फिर शुरू हो गया है। राजस्थान सरकार ने उसे निराश किया, किन्तु २७ मई '९४ को पश्चिम बंगाल की सरकार ने उसकी पीठ थपथपा दी और ७० करोड़ रुपये की लागत से एक अत्याधुनिक (अल्ट्रामॉडर्न) कत्लखाना खोलने की मजूरी दे दी। देश में पहले ही लगभग ३६,०३१ छोटे-बड़े/वैध-अवैध कत्लखाने हैं, जिनमें हर दिन लाखों-लाख निरीह/विकसूर पशु सूर्योदय-के-साथ मौत-के-घाट उतार दिये जाते हैं। खयाल रहे, यह सब उस देश में हो रहा है, जो अहिंसा और करुणा, ममता और मानवता के लिए विश्व-विख्यात रहा है।

जीने का हक सबको है। सबको अपने प्राण प्यारे हैं। कोई मरना नहीं चाहता। प्रकृति के इस अतिमामान्य नियम की जानकारी कुछ को है, कुछ को शायद नहीं है। जिन्हे नहीं है, वे स्वयं भी मौत के शिकजे से बचना चाहते हैं। अब यह डंके की चोट सावित हो गया है कि मासाहार स्वाभाविक आहार नहीं है, वह अत्यन्त अप्राकृतिक आहार है, अतः इसीलिए पृथ्वी पर असतुलन और तबाही, अशान्ति और ध्वंस का कारण बनता है।

जब हम पीटर टॉम्पकिन्स/क्रिस्टफर वर्ड की बहुमूल्य पुस्तक *द सीक्रेट लाइफ ऑफ प्लांट्स* पढ़ते हैं, या डॉ. जगदीशचन्द्र वसु के खोज-विवरण देखते-टटोलते हैं, तब इस तथ्य में कोई सदेह नहीं रह जाता कि सपूर्ण ब्रह्माण्ड, विशेषतः हमारी इस धरती के तमाम अस्तित्व, एक-दूसरे से सबद्ध है, अलग-थलग कहीं कुछ नहीं है। इनमें अन्तःसंबन्धों की परस्पर एक ऐसी सूक्ष्म धारा प्रवाहित है कि यह असंभव ही है कि कोई घटना ब्रह्माण्ड (यूनिवर्स) या पृथ्वी (ग्लोब) पर घटित हो और उसका असर एक-दूसरे पर न पड़े। किसी असर के अ-जाने रह जाने का मतलब उसके न होने का संकेत नहीं है। यदि हम किमी वस्तु, या घटना, या उसके असर के संबन्ध में नहीं जानते हैं तो इसका अर्थ यह नहीं है कि उसका अस्तित्व ही नहीं है।

अज्ञान कई बुराइयों का जन्मदाता है। यह अज्ञान ही है कि हम कत्लखाने खोले हुए हैं वगैरह इस इल्म के कि सपूर्ण जगत् भीतर से मिला हुआ (इंटरकनेक्टेड) है या एक अभूतपूर्व सबद्धता (इंटरकनेक्टेडनेस) सर्वत्र व्याप्त है। कोई घटना कहीं घटित हो और उसका प्रभाव सर्वत्र न हो, यह असंभव है। प्रभाव के कमोवेश की बात अलग है, किन्तु उसके वजूद में न होने का तो कोई प्रश्न ही नहीं है। जब एक पौधे को छूने, उखाड़ने, या काटने-भर से कोई घटना घटित होती है, तब फिर यह कैसे संभव है कि इतने सारे प्राणियों का कत्ल हो और कहीं कुछ घटित न हो या इतने सारे युद्धों * में इतने सारे लोग मारे जायें

* गत लगभग ८० वर्षों (१९०४ ई. में १९८० ई.) तक अर्थात् रूम-जापान-युद्ध में वर्तानवी-जर्जेन्टाइनी युद्ध तब १० करोड़ लोग मारे गये, जो इंग्लैंड, वेल्स, स्कॉटलैंड, आयरलैंड, बैल्जियम, नीदरलैंड्स, नॉर्वे, स्वीडन, टेन्सार्क, फिनलैंड और पूर्व जर्मनी की वर्तमान सयुक्त जनन्या के बाबर हैं।

हो और उनके मारे जाने का कोई तात्पर्य ही न हो? है, होता है, किन्तु हम न तो उसे जानना चाहते हैं, और न ही आगे के लिए कोई सबक लेने की इच्छा रखते हैं।

जून के दूसरे हफ्ते में दिल्ली विश्वविद्यालय के तीन भौतिकीवेत्ताओं ने सूजडल (रूस) में जिस बिस सिद्धान्त को प्रतिपादित किया, वह इस बात का सुवृत है कि दुनिया में आज जो भूकम्पी झटके या भूचाल आ रहे हैं, वे सब इस पर होने वाले रक्तपात/वर्बर ध्वंस की परिणतियाँ हैं। पूरी दुनिया में कल्लखानों की संख्या कम नहीं है। युद्ध भी अस्थायी कल्लखाने ही हैं। जिन्हें हम कल्लखाने कहते हैं, वहाँ पशुओं का कल्ल होता है और जिन्हें युद्धस्थल कहा जाता है, वहाँ आदमी जगली जानवर की तरह जूझता है - एक-दूसरे के प्राणों पर गिद्धों की तरह झपटता है। ये भी अस्थायी कल्लखाने ही हैं सिर्फ सतोष के लिए हमने इन्हें 'युद्धस्थल' शीर्षक दे दिया है।

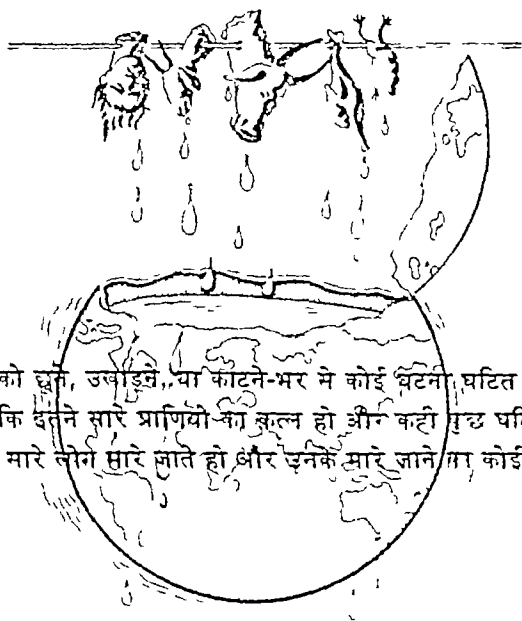
हम नहीं जानते कि आज तक आदमी ने कितने युद्ध लड़े हैं और कितने मनुष्यों को जाने उसने ली है, किन्तु इतना तय है कि प्राण प्राण है फिर चाहे वे किसी जीवजन्तु के हो, या मनुष्य के। कही भी, कोई प्राणी यदि मारा जाता है अथवा अस्वाभाविक कारणों से उसकी हत्या की जाती है, तो धरती का तन-मन काँप उठता है और उसके भीतर कम्पनों का एक समूह संचित होने लगता है। जो लोग नॉसीसेप्शन वेच्डज (स्नायविक तरंगों) के बारे में जानकारी रखते हैं, बता सकते हैं कि किस तरह घाव या व्रण होने पर किसी आहत प्राणी में-से तरंगों का एक समूह अचेतन रूप से प्रवाहित/संचित होता है और जगह-जगह सिर धुनता है। दुनिया का ऐसा कोई घाव, जख्म या प्रहार नहीं है, जिसकी प्रतिक्रिया न होती हो। घाव चाहे फिर वह आदमी के जिस्म पर हो या किसी पशु-पक्षी के शरीर पर उसका प्रभाव दुनिया पर न हो यह असंभव है।

यह जगत् बहुविध तरंगों का समवाय है। वस्तुतः यह तरंगों से बना एक अदभुत ब्रह्मपट है, जिसके ताने-बाने एक दूसरे से असंबद्ध अथवा प्रभाव/प्रतिक्रिया-मुक्त हों, यह संभव ही नहीं है। कही भी कोई दुर्घटना, या दुर्घटनाओं का कोई समूह घटित होता है, धरती पर हर हालत में उसका असर पड़ता है।

आप क्या सोचते हैं कि जब पशुओं को वर्वरतापूर्वक नोचा, घसीटा या मारा जाता है, तब दुनिया में कुछ भी घटित नहीं होता? होता है, किन्तु हम उसकी समीक्षा से घबराते हैं। वैज्ञानिक आइन्स्टाइन के नाम से अभिहित *पीडा-तरंगों की थिअरी* (ईपीडब्ल्यू) के अनुसार डॉ एम एम वजाज और उनके साथियों ने कल्लखानों के जख्मों से उठने वाली जिन तरंगों का विश्लेषण किया है और संपूर्ण प्रक्रिया को जिस तर्क-संगत ढंग से प्रस्तुत किया है, वह भावनात्मक न हो कर अत्यन्त वैज्ञानिक है। कल्लखानों से प्रवाहित क्रूरता-तरंगों पूरे विश्व में व्यापती न हों, ऐसा कभी हो ही नहीं सकता। यह इन्हीं तरंगों का नतीजा है कि भावनात्मक रूप से आज हमारा समाज वर्वरताओं और क्रूरताओं की भयानक गिरफ्त में है और दुनिया में जगह-जगह भूकम्प आने लगे हैं। हमारे देश में जब-जब हिंसा और क्रूरता का विस्तार हुआ है, धरती काँपी है और उसने हिंसा को पूरी तरह नकारा है। ब्रह्माण्ड अथवा पृथ्वी ने कभी हिंसा/वर्वरता को वर्दाश्रित नहीं किया - उसने सदैव डम पर अमहमति के तन्नाक्षर ही किये हैं।

हमारा विनम्र अनुरोध है कि विस थिअरी (वजाज+इब्राहिम+सिंह सिद्धान्त) का गभीर अध्ययन किया जाए और इससे पहले कि रूस या अन्य किसी देश में इस थिअरी पर गहन विचार-विमर्श हो, हमें अपने ही देश में इसकी गहरी पड़ताल करनी चाहिये कि जो कत्लखाने भारत में है उनका यहाँ के भौगोलिक, खगोलिक, सामाजिक, सांस्कृतिक तथा भावनात्मक जीवन पर क्या प्रभाव हुआ है।

हमें मूल्यांकन की निर्मम प्रक्रिया से गुजरने में कतराना नहीं चाहिये, बल्कि उसे जान-बूझ कर हाथ में लेना चाहिये ताकि हिंसा के इस खौफनाक दौर को थामा जा सके। हम किसी जघन्य कृत्य को सिर्फ विदेशी मुद्रा कमाने के लिए अन्धाधुन्ध करते जाएँ, यह किसी भी तरह न्यायोचित नहीं है। क्या हमें देश के मानवीय और भावनात्मक गठन की चिन्ता नहीं करनी चाहिये? क्या हमें यह नहीं देखना चाहिये कि जो हिंसा, वर्चस्व, क्रूरता आज हमारे देश में घटित है, उसका कोई वैज्ञानिक, आर्थिक, मानवीय, सांस्कृतिक अथवा भावनागत आधार है? क्या वह आकस्मिक है, या किसी घटना-क्रम का दुष्परिणाम है? हमारा निवेदन है कि हमारे वैज्ञानिक इस तथ्य की परीक्षा करें कि भूकम्प-विज्ञान (सीस्मोलॉजी) के सिद्धान्तों के अनुसार कत्लखानों का देश के जैव-मण्डल (वायो-अटमॉस्फियर) पर क्या असर पड़ता है? हम बढ़ाई देगे इस वैज्ञानिक-त्रयी को जिसने मकद के इन भयावह क्षणों में इस सिद्धान्त को प्रवर्तित किया है। □



जब एक पाँधे को छूने, उखाड़ने, या काटने-भर में कोई घटना घटित होती है, तब फिर यह कैसे संभव है कि इतने सारे प्राणियों का कत्ल हो और कहीं कुछ घटित न हो या इनके सारे युद्धों में इतने सारे लोग मारे जाते हों और इनके सारे जाने का कोई तात्पर्य ही न हो?

खून में : घुटनों तक

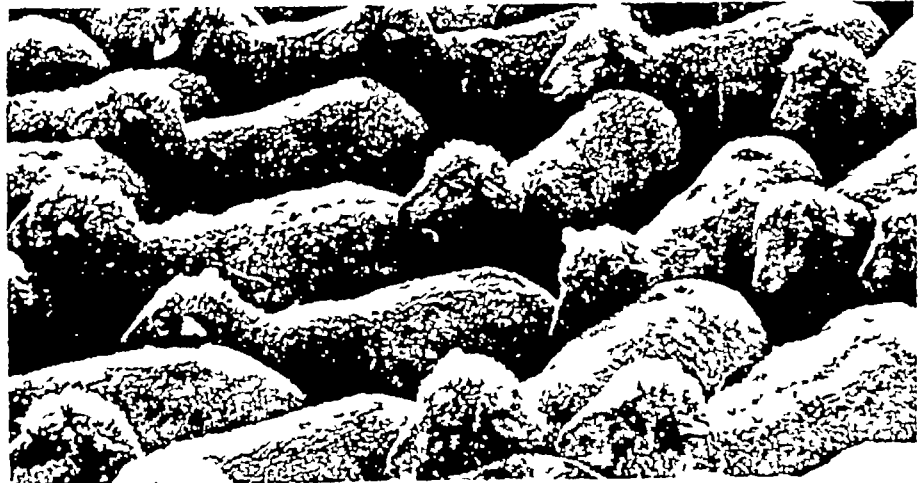
आज विश्व-जीवन पर हिंसा और क्रूरता का दबाव अपनी चरम सीमा पर है। जीवन का अब ऐसा कोई क्षेत्र शेष नहीं है, जहाँ हिंसा ने अपना डेरा न डाल लिया हो। ऐसे भयावह क्षणों में यदि हम आतंकित या भयभीत हो कर हिंसा का सामना नहीं करेंगे तो यह नागिन समूची मानवता को डस लेगी, अतः हिंसा चाहे जिस शक्ति में, जहाँ भी, जब भी, जैसी भी हो, हमें उसका कडा विरोध करना होगा, उसकी धूर्तताओं को पहचानना होगा, उसके दाव-पेचों की सावधान समीक्षा करनी होगी और उसे जिन्दगी के हर इलाके से बृहत्तर कर फेंक देना होगा।

आज कोई धर्मानुयायी ऐसा नहीं बचा है, जो हिंसा की सीधी अथवा तिर्यक् गिरफ्त में न हो। आश्चर्य है कि वह व्यक्ति जो कल तक पूरी तरह अहिंसक था, आज हिंसा में रस लेने लगा है और उसे पुण्य मान कर अपने आध्यात्मिक (रूहानी) विकास के लिए अनिवार्य बता रहा है। भारत में हिन्दू, मुसलमान, सिख, ईसाई इत्यादि तमाम लोग किसी-न-किसी शक्ति में हिंसा में लिप्त हैं। अज्ञान और अन्धविश्वास के कारण आज भी देश में निरीह-मूक पशु-पक्षियों की बलियाँ चढ़ायी जाती हैं। जिस शताब्दी को विज्ञान के सर्वोच्च विकास की शताब्दी माना जाता है, उसमें पशु-बलियाँ तो हैं ही, नर-बलियाँ भी हो रही हैं।

हिन्दुओं में बलिप्रथा आज भी लगभग जहाँ-की-तहाँ है। यहाँ तक कि कई राज्यों में, परम्परा का निर्वाह करने के लिए सरकार को खुद बलि चढ़ाने की व्यवस्था करनी होती है (देखें - 'हिन्दुस्तान टाइम्स,' दिल्ली, ८ मई '९७)। पुलिस रिकॉर्ड के अनुसार मध्यप्रदेश के वस्तर जिले में वर्ष १९८०-'९७ की अवधि में नर-बलियों के १९ मामले सामने आये। बलि के नाम पर 'समूचे गाँव की बलि' के उल्लेख भी वस्तर जिले के इतिहास में दर्ज मिलते हैं। यह घटना १०६५ ई की मानी जाती है। वास्तव में नर-बलि की खबरो से हमें चौकना चाहिये और कमर कसनी चाहिये कि हिंसा जहाँ भी, जिस शक्ति में होगी, हम हर स्थिति में उसका जम कर मुकाबला करेंगे।

मुसलमानों में कुर्बानी के नाम पर हर साल लाखों-लाख बकसूर पशुओं का कत्ल होता है। यह अन्धविश्वास है। कुरआन शरीफ में कही भी हिंसा की स्वीकृति नहीं है। धर्म-प्रमुख इब्राहिम साहब ने नर-बलि को रोका, किन्तु उनके बाद बदकिस्मती से पशु-बलि की शुरुआत हो गयी। वे दूरदर्शी थे। आगे चल कर वे पशु-बलि पर भी लगाम लाते, किन्तु उन्हें मौका नहीं मिला। मान लें, कि यदि सयोगत इब्राहिम साहब को अपने पुत्र की ही कुर्बानी करनी पडती तो क्या मुसलमान भाई उस परम्परा को बरकरार रखने के लिए अपने बेटों की कुर्बानी जारी रखते? नहीं रखते, तब कोई-न-कोई विकल्प वे निकाल लेते। वस्तुतः आज वह तर्कमगत क्षण हिन्दू और मुसलमान दोनों के सामने है जबकि पर्यावरण को चोपट करने वाली रूढ़ियों पर वे खुल कर विचार करें और देखें कि परमेश्वर की इस मृष्टि को वे किस तरह खुजहाल, निरापद, और निर्विघ्न रख सकते हैं।

१९ अप्रैल के फ्रीप्रेस (इन्दौर) में प्रकाशित खबर 'फोर मिलियन वीन्डम स्लॉटर्ड इन द्रज रिच्युअन गो वेन्ट' अत्यधिक चिन्ता का विषय है। चालीस लाख बकसूर प्राणियों की



कुर्वानी पूरी इसानियत के माथे पर कलक का एक ऐसा टीका है, जिसे शताब्दियों तक धोया नहीं जा सकेगा। बीस लाख हज-यात्रियों के लिए चालीस लाख भेड़ों, बकरे-बकरियों, गायों तथा ऊँटों का रेगिस्तान में दमकते सूरज की गवाही में मारा जाना और उनके खून के वीच मनुष्य का घुटनो-घुटनों चलना कोई सामान्य घटना नहीं है। पूरा विवरण इस प्रकार है -

Four millions beasts slaughtered in Haj ritual go waste

MECCA (AP) Muslim pilgrims to Mecca conclude annual rituals by sacrificing millions of sheep, camels and goats, but most of the meat from the animals ends up in incinerators and not as food for pilgrims or the poor. Id-ul-zuha, the feast of sacrifice, began on Thursday and commemorates the sacrifice by the patriarch Abraham, or Ibrahim, of a ram in place of his son.

The feast is celebrated throughout the Muslim world, with animals usually slaughtered for food or given to the poor. But at the annual pilgrimage site in Saudi Arabia, the place of sacrifice among the two million or so pilgrims is so boundless that it creates an unmanageable glut. The carcasses need to be disposed of, and quickly. The pilgrims are expected to slaughter four million animals during the feast. Most of the meat ends up in giant furnaces in one of four massive Slaughter Houses built in the tent city of Mina on the plains of Mecca, Islam's holiest city.

Many pilgrims slaughter more than one animal either in the name of relatives, as penance of sins, or to make up for missed rituals during the Haj. The logistics of killing so many animals in a hygienic and orderly manner has been a nightmare for the Saudis.

Until recently, the animal were killed in an open field under the hot desert sun. Every hour or so bulldozers would dump the festering carcasses into pits and cover the ground with dirt for the next round of pilgrims. Pilgrims told stories of sinking knee-deep into bloody mud filled with carcasses. These days most pilgrims buy the animals at one of four designated slaughter houses and carry out the sacrifice there.

The dead animal is then thrown on a conveyor belt that dumps

thousands of carcasses every few minutes into a giant furnace In a move to bring the unused meat to the poor, the Jeddah-based Islamic Development Bank launched a programme in 1983 that allows pilgrims to buy a coupon for the sacrifice during the Haj On the day of the feast, the animal is slaughtered in Mina in the name of the pilgrim, and the meat is washed, freeze-dried and packaged for transport to 27 countries

This year, a portion will be flown fresh to Sudan, Pakistan and Chad An IDB official said the bank loses up to 16 million riyals (four million dollar) per year as the meat can not be sold and the bank cannot charge for its services This year the bank says it will slaughter 5,00,000 sheep and 15,000 cows and camels - only a fraction of the animals that will be killed in Saudi Arabia during the holiday

ससार का ऐसा कोई धर्मग्रन्थ अथवा मजहब नहीं है, जो हिंसा की तार्किक या तरफदारी करता हो, क्रूरता या बेरहमी का पक्षधर हो। हिन्दू, मुसलमान, सिख या ईसाई किसी भी धर्म में हिंसा को एक धुंधला/पापपूर्ण कर्म बताया गया है तथा सर्वत्र उसकी निन्दा की गयी है।

कत्ल, कत्लखाने और मासाहार की वजह से भूकम्पो और आत्महत्याओं के दौर भी बढ़े हैं। वर्ष १९८४ में भारत में ५०,५०१ खुदकुशियाँ हुईं, जबकि यह आँकड़ा वर्ष १९९४ में ८९,११५ हो गया अर्थात् एक दशक में ७६ प्रतिशत आत्मघात अधिक हुए। क्या हम इस निष्कर्ष को अधिमान्य करें कि जहाँ कत्लखाने अधिक हैं, वहाँ आत्महत्याएँ अधिक हुई हैं? हाँ। केरल में ७१५ कत्लखाने हैं, अतः वहाँ आत्महत्याओं की दर प्रति लाख २८ व्यक्ति है, कर्नाटक में यह १९ व्यक्ति प्रति लाख है, वहाँ कत्लखानों की संख्या ६३३ है। बिहार में यह दर १५ व्यक्ति प्रति लाख है, वहाँ कुल ४७ कत्लखाने हैं। मध्यप्रदेश में वर्ष १९९६ में ६ हजार ३ सौ ५९ व्यक्तियों ने खुदकुशी की। मध्यप्रदेश में २६१ कत्लखाने हैं। पंजाब में डेराबस्सी कत्लखाने (पंजाब मीट लिमिटेड) की स्थापना के बाद से आत्महत्याओं की संख्या बढ़ी है। 'हिन्दुस्तान टाइम्स' (नई दिल्ली, २२ अगस्त '९५, पृ ५) के अनुसार अमृतसर जिले में वर्ष १९९२ में ४७, १९९२ में ६९ और १९९४ में ८५ आत्महत्याएँ हुईं। पूरे राज्य का आँकड़ा उपलब्ध नहीं है। कहा जाता है कि खून में ५ एच टी नामक रसायन आत्महत्या के लिए उत्तरदायी है। क्या यह मासाहार में होता है?, इस तथ्य को पुष्ट किये जाने की आवश्यकता है।

वस्तुतः मनुष्य की चेतना पर हिंसा का दबाव इतना बढ़ गया है कि वह अपने सहवर्तियों को भी उवाल कर खाने लगा है। एपी की खबर है कि सेटपीटर्सबर्ग में २१ मार्च '९७ को इल्शान कुजीकोव्ह (३७) नामक व्यक्ति ने अपने तीन शराबी मित्रों की हत्या की और उनके भीतरी अवयवों को खा गया। जब पुलिस ने उसके अपार्टमेंट की तलाशी ली तो उसे ३ छिन्न-भिन्न लाशें मिली, एक जार मिला, जिसमें नर-मांस को छोका गया था, तथा एक बाल्टी मिली जिसमें मानवीय अवयवों को उवाला गया था। क्या यह सब हिंसा का प्रतिफल नहीं है, जो धर्म या मजहब से-से हो कर हमारी जिन्दगी में जज्ब हुआ है।

हम जिस दुनिया में रह रहे हैं, उसके मिजाज और उसकी तबीयत बहुत अच्छी नहीं

है। जब अन्तरिक्ष यात्रियों से धरती पर लौटने के बाद पूछा गया कि अन्तरिक्ष से तुम्हें यह धरती कैसी दिखायी दी, तब वे बड़े उल्लास और गर्व से कहते हैं - 'एक, बिल्कुल अखण्ड', लेकिन जब पृथ्वी पर वे अपनी ही दुनिया का नक्शा देखते हैं तो चकित/अचम्बित रह जाते हैं कि यह तो बुरी तरह खण्डित है। उन्हें तब और अधिक पीडा होती है, जब वे यह जान पाते हैं कि इस दुनिया में रहने वाले लोगों को खण्डित, विभाजित, अलग-अलग, शत्रुओ-की-तरह-बनाये-रखने-के-लिए प्रति मिनिट २० लाख डॉलर अर्थात् ७ करोड ५० लाख रुपये खर्च करने पड रहे हैं। राजनीति और युद्ध, मनुष्य, मनुष्यता और विश्व-मैत्री की सभावनाओ को ध्वस्त/खण्डित करते है। हिंसा की भूमिका इस सदर्म मे वेहद खतरनाक है। वह जोडने वाली वृत्ति नही है, जोडने वाले जीवन-मूल्य है - परस्पर प्रीति, विश्वाम, सहानुभूति और महयोग - दुर्भाग्य से ये तमाम अव लुप्तप्राय है।

मनीषी विचारक ज्योर्जिस गुर्दजिएफ ने खूब सोच-ममझ कर हमारे इस ग्रह को 'स्लॉटरहाउस प्लेनेट' की सजा दी है। उसने कहा है कि गत ८० वर्षों में (वर्ष १९८८ तक) युद्धों में १२ करोड लोग मौत के घाट उतारे गये। यह सख्या इंग्लैंड, वेल्स, स्कॉटलैंड, वेल्जियम, नीदरलैंड्स, नॉर्वे, स्वीडन, डेन्मार्क, फिनलैंड, और पूर्वी जर्मनी की आबादियों के कुल योग के बराबर है। क्या यह सब चिन्ता का विषय नहीं है कि एक ओर युद्धों में हम मनुष्यों को झोक रहे है तो दूसरी ओर मजहब/खान-पान/शौक-स्वाद के नाम पर निरीह पशु-पक्षियों को जाने ले रहे है?

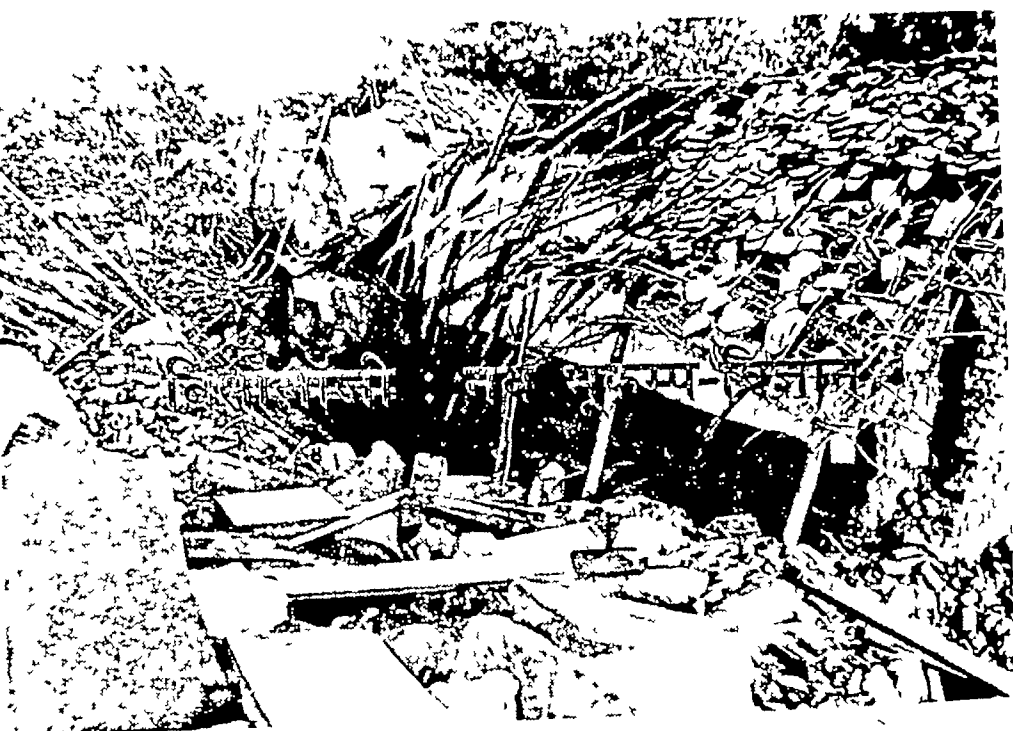
अननोन मैन (लेखक - यात्री) नामक पुस्तक के पृष्ठ ११३ पर लिखा है कि हम प्रतिदिन खरबों प्राणियों का कत्ल करते है, उन पशुओं का जिनका न तो कोई अपराध ही होता है और न ही जो प्रचुरता में है। असल में हमने 'हम क्या खाते है' इसका विवेक ही गँवा दिया है। हम अत्यधिक सवेदनशून्य हो कर प्लास्टिक की खूबसूरत थैलियों में पैकड मास खा रहे है, बगैर इस बात का पता लगाये कि कत्लखानों में पशुओं के साथ क्या सलूक होता है?

ऐसी विषम परिस्थिति में जब कि देश के ३२ करोड लोग गरीबी की रेखा के नीचे जी रहे है, हमें कोई हक नहीं है कि हम कत्लखानों पर वेहिसाब धन और पेयजल खर्च करे, वर्षावनों को नष्ट करे, तथा निरीह पशु-पक्षियों को मौत के घाट उतारे।

आज जो वैज्ञानिक प्रयोग हो रहे है, उन्होंने भी मनुष्य को पिशाच बना दिया है। 'अप्रोकी ट्री प्रॉग' का एटीवायोटिक्स के लिए बीनम निकालना, वैगलोर प्राइमेट रिसर्च लेबोरेटरी में विदेशी मुद्रा अर्जित करने के लिए ४०० बोनेट बन्दरो का उत्पादन, मनुष्य या पशुओं का 'क्लोनिंग' (समरूप) तैयार करना तथा चूजों के मस्तिष्क-परिपथ (मेटल सर्किट) में बटेर का सर्किट डालना इत्यादि ने प्रकृति का महज मन्तुलन/ उसके म्वाभाविक ढाँचे को छिन्न-भिन्न और असन्तुलित कर दिया है। कहा गया है कि यह प्रयोग क्लोनिंग की अपेक्षा अधिक खतरनाक है।

क्या ऐसी प्रतिकूल परिस्थिति में हम हाथ-पर-हाथ ग्ने बैठे ग्नेगे, या हिंसा तथा क्रूरता ने विज्ञान, धर्म, अध्यात्म, मन्वृति, नीति-शास्त्र, मानवता और न्नित कलाओं को जो चुनौती दी है, उसका मुदाबला करेगे?

□□



वर्ष १९९६ में देश-विदेश में जो सम्मेलन, सभाएँ, बैठके, सगोष्ठियाँ, विचार-विमर्श इत्यादि हुए उनमें संपूर्ण विश्व में हुई हिंसा तथा प्राकृतिक विपदाओं के प्रति गहरी चिन्ता तो व्यक्त की गयी, किन्तु उन कारणों की जाँच-पड़ताल/खोजबीन की कोई कोशिश नहीं हुई, जिनकी वजह से यह पव हुआ अर्थात् भूकम्प आये, बाढ़ें आयी, अतिवृष्टियाँ हुई, चक्रवाती बवंडर आये, और भूखमरी से मौते हुई। क्या हम — हमारे विशेषज्ञ, इतना सब होने के बावजूद उन अन्वेषणों की अनदेखी करेंगे, जो देश के उन वैज्ञानिकों द्वारा किये गये हैं, जो घटनाओं को सिर्फ उनकी भौतिक शक्ति में ही नहीं देखते बल्कि उनके जर्न-जर्न में गहरे उतर कर उन सवेदनशील कारणों का भी पता लगाते हैं, जिनकी समीक्षा से कोई कारणपरिणाम अथवा समाधान सामने आ सकता है।

यह काम वर्ष १९९५ में दिल्ली विश्वविद्यालय के तीन वैज्ञानिकों — डॉ. मदन मोहन बजाज, डॉ. विजयराज सिंह और एम.एस.एम. इब्राहिम, ने किया। उन्होंने जून '९५ के द्वितीय सप्ताह में मूजडल (रूस) में 'विस सिद्धान्त' प्रतिपादित किया। इस दृष्टि से उनकी कृति 'ईटिओलॉजी ऑफ अर्थक्वैकम् — ए न्यू अप्रोच' (हीरा भैया प्रकाशन, ६५ पत्रकार कालोनी कनाडिया मार्ग, इन्दौर-४५२ ००१, मध्यप्रदेश) उल्लेखनीय है। भौतिकी एवं खगोल-भौतिकी के इन विद्वानों ने अल्बर्ट आइन्स्टाइन के सम्मान में अभिहित पीडा-तरंगों (पैन वेव्हज/नोसीसेष्यान वेव्हज) के निष्कर्षों को आगे बढ़ाया — वर्तमान घटनाओं के सन्दर्भ में उनकी नव्यतम व्याख्या की।

पहले इस सिद्धान्त को, जो भूकम्पो, चक्रवाती ववडरो तथा इन-जैसी घटनाओ की स्पष्ट व्याख्या करता है और गहरे उतर कर यह स्पष्ट करता है कि दुनिया मे आज जो भूकम्प आते है, विकासशील देशो मे जो भुखमरी/दुष्काल है, ववडर/चक्रवात/तूफान है उनके कारण क्या है। 'विस सिद्धान्त' के अनुसार इन सबकी वजह युद्ध, कल्लखाने, हत्याएँ, अपहरण इत्यादि है। जहाँ भी हिंसा है, वहाँ ये दुर्घटनाएँ है। 'विस सिद्धान्त' को उमकी आरम्भिक स्थिति मे लोगो ने ठीक से समझा नही, किन्तु अब दुनिया के विचारको और वैज्ञानिको ने उस पर विचार करना शुरू कर दिया है।

'विम सिद्धान्त' पहले वजाज, इब्राहिम और सिंह के प्रथम रोमन वर्णो से बना एक सक्षिप्त शब्द था, किन्तु अब वह एक नयी विज्ञान-शाखा के रूप मे विकसित हो गया है और जल्दी ही उसे 'विसोलॉजी' की सजा मिल जाएगी।

'विमोलॉजी' का अर्थ वह ज्ञान-शाखा है, जो 'ब्रेकडाउन ऑफ इटीग्रेटेड सिस्टम्' (ममन्वित व्यवस्थाओ के विभग अर्थात् टूटने) के कारणो की खोज करती है। वह ज्ञान, जिसका सवन्ध अत्यन्त सूक्ष्म सकेतो के अनुबन्धन (वाइडिंग ऑफ इन्फिटिज्मल सिग्नल्स) की व्याख्या से है, 'विसोलॉजी' है। बडी प्रसन्नता का विषय है कि भारत के इन वैज्ञानिको ने समस्याओ की बुनियाद मे उतरने की तर्कमगत/जी-तोड कोजिश की है, अत विश्वास किया जाना चाहिये कि यह खोज अहिंसा और सहअस्तित्व, प्रकृति और पर्यावरण, मानवता और करुणा के क्षेत्र मे एक नये अध्याय की शुरुआत मिद्ध होगी।

हमे बहुत गौर से देख लेना होगा, कि देश-विदेश मे जो कुछ हुआ है उसका परिणाम और स्वरूप क्या है और उसकी पृष्ठभूमि पर कौन से कारण वजूद मे है?

भारत को ले। इसमे कल्लखानो की सख्या उत्तरोत्तर बढ़ रही है। 'इंडिया-१९९३' (इअर बुक) मे कल्लखानो तथा मास-समाधक इकाइयो का आँकडा ३,६५७ था जब कि यह आँकडा 'भारत-१९९५' (वार्षिकी) मे ४,००० है। ये तो लाइसेम-प्राप्त वूचडगाने है, इन्हे छोड जो अनधिकृत कल्लखाने है उनकी मख्या लागो मे है। इस सदर्म मे भले ही यह तथ्य कविता-जैसा लगे, किन्तु तय है कि पृथ्वी काँपती है, उसका हृदय है, वह अह्मास करती है, हवा के फान है, वह सुनती है, जल के नयुने हैं, जो माँस भरते है - सूँघते है, आग की सवेदनशील त्वचा है, जो छुहन महसूस करती है, और आकाश की आँखें हैं - जो देखती हैं - इस तरह जो भी घटित है, उसका सपूर्ण लोक (यूनिवर्स) पर, विशेषतः धरती पर, जहाँ सहारफ घटनाएँ होती हैं, प्रभाव पडता है।

आन्ध्रप्रदेश के चक्रवाती ववडर (६ नवम्बर '९६) तथा तमिलनाडु की अतिवृष्टि के परिणाम सामने है। लातूर मे जो हुआ उमे हम भूले नही है। समुद्रतट के तल से जो गहन मछुहाई हो रही है, वह भी चिन्ता का विषय है। आन्ध्र, तमिलनाडु, केरल और कर्नाटक मे कुल मिला कर १,८७४ लायसेमशुदा वूचडगाने है, जिनमे लागो-नाय प्राणियो की हत्या होती है। आन्ध्र मे रुद्रारम कल्लखाना पूगे जवानी पर है। हैदरावाद पौलिट्रियो का शहर है। तमिलनाडु का नमक्कल शहर 'एगमिटी' के नाम से मशहूर है जो हर दिन ५० ने ६० नाय अण्डे उत्पादित करता है। यह नय विश्लेषणीय है। इसकी अनदेखी हम नही कर सकते।

अब तो सर्वोच्च न्यायालय ने भी इन तथ्य को मजूर कर लिया है कि कल्लखानो मे प्रदूषण फैलता है। उनमे ३० नवम्बर के अपने ऐतिहासिक फैसले मे जिन १६८ ३

उद्योगो को प्रतिबन्धित किया है, उनमें दिल्ली-स्थित ईदगाह कत्लखाना भी है। यद्यपि इसे युद्धस्तर पर स्थानान्तरित करने के आदेश दे दिये गये हैं, तथापि ३० जून तक इसे सीमित प्रदूषण फैलाने की अनुमति भी मिली है — आखिर यह विलम्ब क्यों? जब ईदगाह की यह स्थिति है, तब देश के अन्य भागों में जो कत्लखाने सक्रिय हैं उनकी स्थिति की कल्पना हम सहज ही कर सकते हैं। क्या न्यायालय उनकी — पूरे देश की — चिन्ता नहीं करेगा?

यह जानते हुए भी कि मासाहार भुखमरी की सबसे बड़ी वजह है उस ओर हमारी सरकार का कोई ध्यान नहीं है, बल्कि 'गुड मॉर्निंग इंडिया' (अब यह कार्यक्रम बन्द हो गया है, किन्तु 'युग' के ब्रेक्स में एनईसीसी ने अण्डों का अन्धाधुन्ध प्रचार शुरू कर दिया है) जैसे कार्यक्रमों द्वारा वह देश की जनता को मासाहार का प्रशिक्षण देने पर आमादा है।

यह एक स्थापित तथ्य है कि गोमास/चिकन के उत्पादन में अन्न की क्रमशः १० और १२ कैलोरियाँ खर्च होती हैं। यह फिजूलखर्च है। इसे बन्द किया जाना चाहिये। पानी की खपत के जो आँकड़े हमारे सामने हैं, वे भी घबराहट पैदा करते हैं। मास के उत्पादन में यानी कत्लखानों की साल-सँभाल/रख-रखाव में बेहिसाब जल खर्च होता है। आने वाले सालों में देश में भुखमरी तो अपने पाँव पसारेली ही, भयानक जल-सकट भी उपस्थित होगा।

क्या यह तथ्य समीक्ष्य नहीं है कि जब देश के प्रधान मन्त्री रोम में विश्व खाद्य शिखर-सम्मेलन में अपना भाषण दे रहे थे, तब उडीसा में भुखमरी से हुई मौतों की घटनाएँ सुर्खियों में थीं?

इतना सब होते हुए भी क्या हम 'विस सिद्धान्त' की रचनात्मक/ मार्गदर्शक कसौटी का उपयोग नहीं करेंगे? ६ नवम्बर '९६ को आन्ध्र के गोदावरी जिलों में जो चक्रवाती बवंडर आया और जिसने १,००० लोगों के प्राणान्त किये और जिसके जबड़ों-तले राज्य की ५,००० करोड़ रुपये की सम्पदा नष्ट हो गयी — जैसी घटनाओं को क्या हम यँ ही टाल जाँएँ — उनके कारणों का पता नहीं लगायेंगे? क्या हम इस तथ्य की अनदेखी करेंगे कि देश की १६ प्रतिशत ग्रामीण जनता को प्रतिदिन ३ रुपये से कम नसीब होते हैं, जो एक किलोग्राम आलू की कीमत से भी कम है? क्या हम कत्ल/हिंसा/ बर्बरता/क्रूरता पर पूर्ण या अर्द्ध विराम लगा कर देशवासियों के सुखद भविष्य का निर्माण नहीं करना चाहेंगे?



आन्ध्रप्रदेश के चक्रवाती बवंडरो का कारण समुद्र के जीवों का अन्धाधुन्ध विनाश : समुद्र-तल असतुलित : भविष्य अरक्षित : सावधान रहने की जरूरत

पूरी दुनिया, पूरा देश आज कई पर्यावरणिक विपदाओं के त्रासद दौर से गुजर रहा है। अनेक घटनाएँ सामने हैं, किन्तु हमारे राजनीतिज्ञों/विशेषज्ञों के पास इतना अवकाश नहीं है कि वे उनके होने की वजह का पता लगायें। हम मतही कोशिशें तो कर रहे हैं, लेकिन तह में उतरने/पहुँचने का हमारा कोई स्पष्ट इरादा नहीं है।

पिछले वर्षों में देश ने अनेक भूकम्पों, बाढ़ों तथा समुद्री बवंडरों का सामना किया है। हम चिन्तित हुए हैं, किन्तु इतना सब होते हुए भी, हमने कारणों की खोजबीन का कोई ठोस प्रयास नहीं किया है।

भारत के समुद्र-तट की लम्बाई लगभग ६,३०० किलोमीटर है। लक्षद्वीप के २७ टापू और अडमान-निकोबार-शृंगल्ला के ३०० से अधिक टापुओं को इस समुद्र-तट में जोड़ लेने पर यह लम्बाई १२०० किलोमीटर और बढ़ जाती है। इस तटीय क्षेत्र में ११ बड़े, २२ मझोले, और १०० में अधिक छोटे बन्दरगाह हैं। नये कानूनों के अनुसार देश को २२ लाख वर्ग किलोमीटर तट-परिक्त 'ईज (एकमकूलजिह्व इकोनॉमिक जोन/विशिष्ट आर्थिक क्षेत्र) के रूप में उपलब्ध है, किन्तु हमारी बदकिस्मती यह है कि हमने इस विशिष्ट क्षेत्र को मत्स्य-दोहन के लिए विदेशियों के जिम्मे कर दिया है।

'इंडिया इकोनॉमिक अपडेट' (दलाल स्ट्रीट काम्युनिकेशन्स - '९२-'९३) के अनुसार मत्स्य समुद्री उत्पाद का निर्यात १७,६७,००,००,००० रु (१७ अरब ६७ करोड़) तक पहुँच गया है जो जल्दी ही २० अरब की सीमा छू लेगा। समुद्री साध उद्योग को अन्धाधुन्ध बढ़ाया जा रहा है। झींगा (प्रॉन/थ्रिप्स) तथा शार्क आदि मछलियों का निर्यात ४० लाख टन प्रतिवर्ष हो गया है। यह तमाम, जापानियों के पेट में जा रहा है।

उधर दूमरी ओर स्पष्ट चेतावनी दी गयी है, कि यदि हमने इस समुद्र-दोहन को नहीं रोका तो समुद्र-गर्भ में मरुस्थल बनेंगे और देश बर्बादी की दिशा में मुड़ जाएगा।

उड़ीसा में झींगा-वृष्टि पर प्रतिबन्ध प्रस्तावित है ('हिन्दुस्तान टाइम्स,' नई दिल्ली ९ दिस '९६)। विश्व प्रवृत्ति निधि (वर्ल्ड वाइड फंड फॉर नेचर) ने गार्क के अतिदोहन में उत्पन्न मतरो के प्रति सावधान किया है (प्रिप्रेस, इन्दी, ६ दिस '९६)। कुल मिला कर स्थिति अत्यन्त दयनीय और दुर्भाग्यपूर्ण है।

भारत के सबसे वृजुर्ग अग्रचार 'मुम्बई समाचार' (गुजराती) ने अपने १२ नवम्बर '९६ के मपादकीय में आगाह किया है कि यदि हमने हिंसा के बढ़ते बरत नहीं रोके तो देश में भूकम्पों/चक्रवातों का बदकिस्मत सिलसिला और तेज हो जाएगा। अग्रचार ने दिल्ली विश्वविद्यालय के भौतिकी/गणित भौतिकी विभाग के तीन वैज्ञानिकों के निष्कर्षों का इत्यादि देने

हुए कहा है कि 'ईटिओलॉजी ऑफ अर्थक्वैक्स - ए न्यू अप्रोच' में जो कुछ दिया गया है उस पर ध्यान दिया जाना चाहिये और भूकम्पो/ववडरो की वजह को गभीरता में खोजना चाहिये।

इन तीन वैज्ञानिकों - डॉ एम एम वजाज, एम एस एम इब्राहिम तथा विजयराज सिंह, ने अपने शोध-पत्र 'चक्रवाती ववडरो/तूफानो/प्रभजनो के लिए उत्तरदायी मूलभूत तन्त्र' (वेसिक मीकेनिज्म रेम्पोमिवल फॉर साइक्लोनस एंड हरीकेन्स) में कहा है कि दुनिया में जो भी चक्रवाती ववडर आ रहे हैं उनके लिए जीवहत्या (कत्लखाने/युद्ध/मासाहार/मत्स्य-सहार इत्यादि) जवाबदेह है। वैज्ञानिक न्यूटन के गति-सवन्धी तृतीय नियम के अन्तर्गत उन्होंने स्पष्ट किया है कि यदि भारत के समुद्रतट को हिंसा/मत्स्य-अतिदोहन से मुक्त नहीं रखा गया तो देश में आन्ध्रप्रदेश में आये तूफानो/ववडरो की तरह अनेक चक्रवाती ववडर आयेगे। क्या भारत सरकार इन वैज्ञानिकों के निष्कर्षों की अनदेखी करेगी और देश के समुद्रतट को भावी तवाही के जवडो में झोक देगी, या इनका परीक्षण करायेगी, इन्हे कसौटी पर कसेगी और देश को जन-धन-हानि से अभिरक्षित करेगी? काकीनाडा/पूर्व गोदावरी जिलो (आन्ध्र प्रदेश) में ६ नवम्बर को जो विनाशकारी ताण्डव हुआ था और जिसमें ५,००० करोड रुपये की सम्पत्ति नष्ट हुई थी तथा सैकडो लोगों की जाने गयी थी और जिसे प्रधान मन्त्री ने राष्ट्रीय सकट निरूपित किया है, उसे क्या हम गभीरता से नहीं लेगे?



डॉ विजयराज सिंह
(५ १० १९४९)



डॉ मदनमोहन वजाज
(१० ११ १९४०)

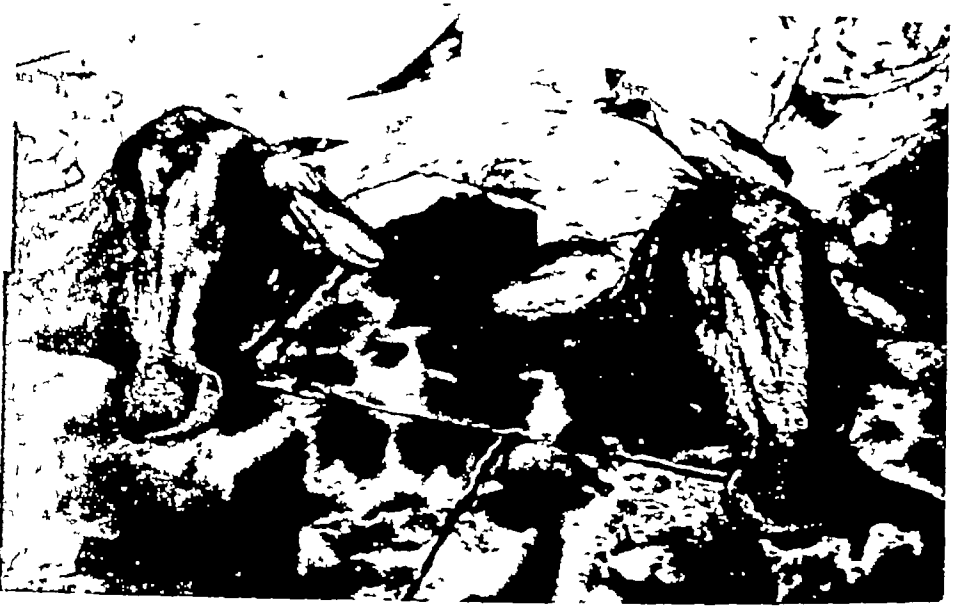


एम एस एम इब्राहिम
(२५ ५ १९६५)

दिल्ली विश्वविद्यालय, दिल्ली के भौतिकी/खगोल भौतिकी विभाग में कार्यरत वे वैज्ञानिक, जिन्होंने बिसोलॉजी (नव भूकम्प-विज्ञान) के रूप में एक ऐसा सिद्धान्त विकसित किया है, जो विज्ञान-सम्मत तो है ही, सपूर्ण विश्व को अहिंसा, करुणा और सहअस्तित्व की एक महत्त्वपूर्ण दिशा-दृष्टि भी प्रदान करता है। उन्होंने 'पीडा-तरंगों' की जिस अवधारणा को प्रस्तुत किया है, उसे महान् वैज्ञानिक अल्बर्ट आइन्स्टाइन के नाम पर 'आइन्स्टाइनियन पैन वेव्ज' (ईपीडब्ल्यू) अभिहित किया है। अग्रेजी में उनकी किताब 'ईटिओलॉजी ऑफ अर्थक्वैक्स - ए न्यू अप्रोच' एक बहुचर्चित और सुस्थापित कृति है। (देखे पृष्ठ - १२)।



मलवे में सड़े लोहो को तलाशते मिनर - मिलारी-भूकम्प।



अहिंसा की इस शस्यश्यामला धरती पर जिन्दगी के साथ बेजान जिन्स की तरह का मुलूक होता है -
यहाँ जीवन का अब मूल्य ही क्या रह गया है?

केअर नई दिल्ली के मौजन्य से



सब और बकरे-बकरियों के
सरो के 'पहाड' दिखायी दे रहे हैं।
पडे, इनकी सतप्त आँखों मे वह
महाप्रलय जो जल्दी ही इसान की
इस हिंसक/कत्तल , तहजीब को
राख-के-ढेर मे बदल देगा। आज
पैसे ने परमेश्वर की जगह ले ली है,
किन्तु याद रहे कुदरत इसान के
इस कुकृत्य को कभी माफ नही
करेगी।

केअर नई दिल्ली के मौजन्य से

क्रूरताएँ : चरम सीमा

हम सोचते हैं शायद कि हम अधिक सम्य और सुशिक्षित हुए हैं, किन्तु क्या कभी हमने अपने इस अहकार, या मिथ्या दम्भ को कसौटी पर कसने की कोई ईमानदार कोशिश की है? क्या क्रूर, दुष्ट, हिंसक, ध्वंसक होना सम्य होना है? क्या विज्ञान ने जो सुविधाएँ मनुष्य को प्रदान की हैं, उनका क्रूरता, हत्या, हिंसा, कत्ल, विच्छेदन इत्यादि में इस्तेमाल किया जाना चाहिये? इस तरह के कई प्रश्न उठते हैं, जिनका कोई स्पष्ट उत्तर हमारे पास नहीं है।

यह जानते हुए भी कि पशु-पक्षियों के हम पर अनन्त उपकार हैं, हम कृतघ्न हुए हैं और अपनी सब-सारी सवेदनशीलता को गँवा बैठे हैं।

भूकम्प आते हैं और हमारी सघन वस्तियों को धराशायी/ध्वस्त कर जाते हैं - उन्हें समेट ले जाते हैं, किन्तु हम सब इस तथ्य पर कोई विचार नहीं करते कि जब शहरीकरण का भूकम्प आता है तब पशु-पक्षियों के आवासो का क्या होता है? पशुओं के आवास (सघन वन) और पक्षियों के अपने घोंसले जंगलों की कटाई के परिणाम-स्वरूप कहाँ चले जाते हैं? हम अपने मनोरम/गगनचुम्बी आवासो के निर्माण के लिए - शहरो की बसावट के लिए इन निरीह प्राणियों पर जो जुल्म ढाते हैं और उन्हें बेघर, अनिकेत, अशरण, अनाथ, निराश्रित कर देते हैं, उसका क्या हो? हम माने, न माने, किन्तु हमने बड़ी बेरहमी से जंगल काटे हैं और पशु-पक्षियों को बेघर किया है, उन्हें अपना आहार बनाया है। आप क्या सोचते हैं कि इस तरह की घटनाएँ प्रकृति के कार्य-कारण-नियम (लाँ ऑफ काँजेशन) की परिधि से बाहर चली जाती हैं? नहीं, इनके प्रभाव बनते हैं और मनुष्य को उन्हें भूकम्प, तूफान, बाढ़, अनावृष्टि इत्यादि के रूप में झेलना पड़ता है।

सवाल उठता है कि जब भूकम्प आने को होता है, तब मनुष्य सोया क्यों पड़ा रह जाता है और पशु-पक्षियों को १५-२० मिनट पहले उसके सकेत कैसे मिल जाते हैं और वे क्यों सँभल या सावधान हो जाते हैं?

मवेशी, भेड़े, खच्चर, और घोड़े अपने बाड़ों में दाखिल होने ने बचने लगते हैं, चूहे घर छोड़ कर भाग निकलते हैं, नाँप अपनी वामियाँ छोड़ कर बाहर आ जाते हैं, फव्वतर आकाश में विचरण करने लगते हैं और अपने घोंसलो में तब तक नहीं लौटते जब तक सकट के क्षण गुजर नहीं जाते, मछलियाँ पानी की सतह पर उछलने लगती हैं, और खरगोशों के कान खड़े हो जाने हैं - वे वेचैन-निन्हेय

कूदने-फाँदने लगते हैं। ('ब्रेकथ्रूज'; चार्ल्स पनाती; १९८०, पृ. २०७)। अब अमरीकी प्रयोगशालाएँ भूकम्प की पूर्व सूचनाओं के सन्दर्भ में पशु-पक्षियों की प्रजा के उपयोग के प्रयोग कर रही हैं और पता लगा रही हैं कि यह प्रजा मनुष्य के पास क्यों नहीं है? जापान पहले ही इस सिलसिले में एक्स्पेरीमेंट्स कर चुका है।

इस विषय में एक प्रश्न हमारे सामने और आ खड़ा होता है; वह यह कि क्या भूकम्प और पशु-पक्षियों के बीच कोई रिश्ता है? है, जब भूकम्प इनकी पीडा-तरंगों (पैन वेव्हज) के परिणाम है, तब ऐसा कैसे होगा कि प्रकृति उन्हें आगाह न करे और गफलत में आ दबोचे? मनुष्य भले ही कल्लखानों में प्रतिदिन करोड़ों निरीह पशु-पक्षियों के प्राण लेता हो, किन्तु प्रकृति उन बेकसूर प्राणियों के प्राण बेवजह नहीं ले सकती, उसके स्पष्ट नियम हैं और वह उन पर सख्ती से चलती है। शायद यही कारण है कि जलचर, थलचर और नभचर सब प्राणियों को प्राकृतिक सकटों की सूचना समयपूर्व मिल जाती है और वे सावधान हो जाते हैं, किन्तु आदमी गाफिल पड़ा रहता है और मौत उसे अपने जबड़ों तले चबा जाती है।

क्या हम प्रकृति से, पशु-पक्षियों के प्रति कृतज्ञता व्यक्त करने का कोई सबक नहीं लेगे और अपनी क्रूरताओं को बन्द या मन्द नहीं करेंगे? तय है कि यदि हमने क्रूरताओं की रफ्तार कम नहीं की, या उन्हें सदा-सर्वदा के लिए नहीं रोका तो प्रकृति अपनी करुणा का ऑंचल हम पर फैलाये, यह आशा हम उससे नहीं कर सकते। यदि हमने प्रकृति की रचनात्मक भाषा को नहीं समझा तो निश्चय ही हम अपनी इस धरती को तहस-नहस कर बैठेंगे और अपने ही पाँव पर कुल्हाड़ी मारने की कहावत को चरितार्थ करेंगे।

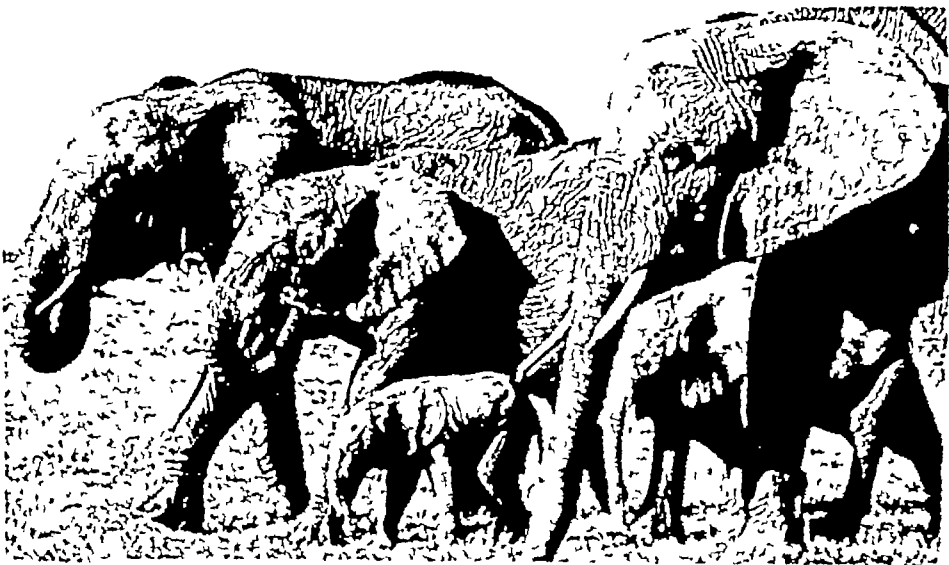
यह कथन कितना तर्कसंगत है कि जब 'पीडा-तरंग' भूकम्प, बाढ़, तूफान, बवंडर इत्यादि की वजह बन सकती है, तब करुणा, दया, हमदर्दी, प्रीत-प्रेम की तरंगें इस विश्व को सुख-शान्ति का निरापद आवास क्यों नहीं बना सकतीं? क्या हम प्रकृति के इतने सरल-सहज-बोधगम्य संकेत की अनदेखी करेंगे?

अनुसारी पृष्ठों में हमने मनुष्य की उन क्रूरताओं का व्योरा दिया है, जो आगे चल कर उसके लिए आत्मघाती सिद्ध होगी। इससे अधिक पीडादायी और क्या हो सकता है कि मनुष्य अब अपने ही साथियों को हज़ारों की सख्या में मार कर उनकी खाल के कपड़े पहिनने लगा है और उसका सिर काट कर उनकी कलेजी का लहू पीने लगा है?

सिर काटे; कलेजियाँ खायीं; लहू पिया

वोर्नियो द्वीप के रहने वालों ने ४,००० लोगों के सिर काटे, उनकी कलेजियाँ खायी, और जम कर उनका लहू पिया। उन्होंने बच्चों और औरतों को भी नहीं बर्खा। यह घटना सदियों पुरानी नहीं है, बल्कि फरवरी १९९७ की है। एक विदेशी कैथलिक पादरी ने कहा है कि इस द्वीप के २०० दायका तथा ४,००० मदुरी मारे गये। जिन लोगों ने यह कल्लेआम किये वे नर-मुण्डों को ट्रॉफियों (विजय-चिह्न) के रूप में ले कर जशन मना रहे थे।

—'हिन्दुस्तान टाइम्स', नई दिल्ली, पृ १, १३ जून '९७



अब हाथी का गोश्त भी खाने लगे हैं लोग

गुवाहाटी (असम) की खबर है कि लोग अब हाथी को न सिर्फ दाँतों के लिए मारते हैं बल्कि उनके मांस के लिए भी मारने लगे हैं। वाशिंग्टन नाटफ प्रोटेक्शन सोसायटी तथा एशियन एनीमल वेलफेयर फंडेशन ने एक ब्रॉच प्रकाशित किया है जिसका शीर्षक है — 'ए गॉट इन द डिस्ट्रेस' जिसमें हाथी के वृद्ध होने पर महान चिन्ता व्यक्त की गयी है। नागन्टीन, शिनांग और गुवाहाटी में गज-आमिष (हाथी का मांस) की मंडियों खुल गयी हैं और अब वहाँ गले आम बेचा जाने लगा है। दरभंगा सरकारी वार्डबाई के वारण व्यापार भूमिगत हो गया है तथापि बागोदा रखा नहीं है। गज मांस १० पैसे गज-मांस ज्वल किया गया।

—'हिन्दुस्तान टाइम्स', नई दिल्ली, पृ ११, १३ जून '९७

मुद्गरो से पीट कर बच्चो की हत्या

बुरुडी के केम्प बुगेडना मे लगभग ३२० लोगो की हत्या कर दी गयी, जिनमे अल्पसंख्य प्रजाति तुत्सी की औरते तथा बच्चे थे। इतना ही नही, हुतू विद्रोहियो ने मुद्गरो से बच्चो को मौत के मुहँ मे धकेलते हुए गीत गाये और नृत्य किये। खयाल रहे इस गृहयुद्ध मे लगभग १,५०,००० बुरुडी मारे गये। (क्या इस तरह के व्यापक/घृणित नर-संहार पर हमारा ध्यान नही जाएगा? घटना २१ जुलाई १९९६ की है)।

—'फ्रीप्रेस', इन्दौर, पृ. १, २२ जुलाई '९६

लखनऊ मे कौओ का गोश्त लोकप्रिय

उत्तरप्रदेश की राजधानी लखनऊ मे अब कौओ के जीवन पर खतरा मँडराने लगा है। नवाबो के इस शहर मे कौओ का मास अब एक जायकेदार डिश बन गया है। जब से कौओ के मास को 'पुसत्व-वर्धक' कहा गया है, पक्षियो की मडी मे कौए के मास की कीमते बढ गयी है। एक कौए का गोश्त ४० से ६० रुपये हो गया है। प्रचारित किया गया है कि कौए का मास एक सामान्य पक्षी के मास की तुलना मे मर्दानगी को अधिक समृद्ध करता है। पुसत्व का स्तर बनाये रखने के लिए कौए का कत्ल जिस क्रूरता और वहशियत से किया जाता है, वह अत्यन्त नृशंस और बर्बर है। पहले उसकी गर्दन चाक की जाती है और फिर उसे एक पतली रस्सी से बाँध कर लटका दिया जाता है ताकि लहू न बहे और वह गोश्त तथा मास-पेशियो मे जज्व हो जाए। यह क्रिया आधा घंटे चलती है। खयाल रहे भारत मे कौआ श्राद्ध-पक्षी है, जिसे श्राद्धपक्ष मे पिण्डदान किया जाता है।

—'हिन्दुस्तान टाइम्स', नई दिल्ली, पृ १२, १९ मई '९७

चीनी डॉक्टर भ्रूण खा जाते है

१२ अप्रैल '९५ की खबर है कि चीन के चिकित्सक गर्भपातित भ्रूण खाने लगे है। हागकांग के एक दैनिक ने लिखा है कि भ्रूणो को 'स्वास्थ्य के लिए आहार' के स्लोगन के साथ बेचा जा रहा है। एक चीनी डॉक्टर शेन्जेन का कहना है कि भ्रूण गर्भनाल (प्लेमेटा) की अपेक्षा अधिक पौष्टिक होते है। इन्हे खाने से त्वचा स्निग्ध, देह पुष्ट और गुर्दे मजबूत बनते है। दक्षिण चीन के एक नगर की एक महिला चिकित्सक, जिमने सैकडो गर्भपात कराये है, ने गत छह महीनो मे स्वयं १००-भ्रूण खाये है। उसका कहना है कि सबसे अच्छा भ्रूण किसी युवती के सर्वप्रथम बालक का होता है। शेन्जेन क्लिनिक अपने परिसर मे नरभ्रूण बेचता है। कुछ लोगो ने इस बर्बर गोश्तखोरी को 'जगलीपन' की सजा दी है।

—'फ्रीप्रेस', इन्दौर, १३ अप्रैल '९५

अपने प्रेमी के शरीर के टुकड़े किये और सूटकेस में डाले

१४ जुलाई '९६ पुलिस ने एक ऐसी महिला-चिकित्सक को गिरफ्तार किया, जिम्मे एक आदमी के जिम्मे को टुकड़े-टुकड़े किया और सूटकेसों में बन्द कर दिया। किम्मा भले ही इश्क का है, किन्तु यह कोडडकनाल के एक रेल्वे रिटायरिंग रूम में हुआ, जहाँ महिला-चिकित्सक ने अपने प्रेमी को जहर इंजेक्ट किया, उसके शरीर के टुकड़े किये, २० पोलिथिन बैग्स में डाला और ३ सूटकेसों में बन्द किया। (क्या यह सब बर्बरता नहीं है? क्या व्याख्या करेगे ऐसी घटनाओं की?)।

—'फ्रीप्रेस', इन्दौर, पृ १, १५ जुलाई '९६

लाल चींटियों की चटनी

बस्तर (मध्यप्रदेश) के आदिवासी लाल चींटियों की चटनी बना कर खाते हैं। 'सुरभि' (दूरदर्शन, ८ जून '९७) में मूजमेटा ग्राम में जिम तरह आदिवासी घोंसले गिरा कर लाल चींटियाँ हामिल करते, चटनी बनाते, और सामूहिक जश्न मना कर उमे खाते हैं, उमका वीरग दिया है। पीडादायी यह तब हुआ जब श्री मिद्धार्थ चाक और सुश्री रेणुका शाहणे ने भी इस चटनी को चखा/खाया। (क्या हमें इस तरह के बर्बर शीतों को बढ़ावा देना चाहिये या इसके विकल्प ढूँढ़ने चाहिये?)।

मनुष्य की त्वचा से कपड़े बनाये/पहने

कीब की खबर है कि यूक्रेनिया के एक इक्कीस वर्षीय युवक ने एक 'डिम्को' देग कर लीटती महिला को मारा, उमकी खाल उतारी, तथा उसके कपड़े बना कर पहने (९ मई '९५)। कोर्ट में दिये गये अपने बयान में लेतीचेव्हू कन्वे में रहने वाले इस युवक ने कहा है कि उमके ऐसा करने में उमकी नसों को बेहद शान्ति मिलती है। पुलिस द्वारा ली गयी तलाशी में युवक के घर में बुत्तों की कई गाले, तथा चूहों की खाल में बना एक कम्बल भी बरगमद हुआ। पुलिस ने कहा है कि युवक ने खाल उतारने के अलावा महिला का निर, उसकी आँखें तथा गुप्ताग इस तरह काटे, जैसे वह एक पेशेवर व्यक्ति हो और यह धन्धा एक लम्बे अर्से में कर रहा हो।

—'हिन्दुस्तान टाइम्स', नई दिल्ली, पृ १२, ७ जुलाई '९५

जहाँ हजारों विल्लियों को जिन्दा उवाला जाता है

चीन में हर हफ्ते हजारों जिन्दा विल्लियों उवाली जाती है, ताकि उनका महंगा ल अमीर गीबिनो को परोसा जा सके। खरीददार को विल्लियों में टनाउन भरे एक जरे के सामने खड़ा कर दिया जाता है ताकि वह अपनी मनपसन्द विल्ली चुन सके कि उपयुक्त ऑर्डर दे सके। इसके बाद सवन्धित विल्ली को भयात्रान्त अवस्था में पेशी के भीषण प्रहार का शिकार होना पड़ता है। निर पर किये गये इस दुस्सह प्रहार फलस्वरूप विल्ली अचेत हो जाती है और उसे एक खोलने हुए बर्तन में डाल दिया जाता है ताकि उसकी खाल सरलता में निकाली जा सके। ध्यान रहे खाल उतार लेने

के बाद भी विल्लियाँ जीवित रहती है और उनकी देह पीडा में ऐंठी रहती है। क्या इस हृदय-विदारक क्रूरता का प्रकृति के समरस वातावरण पर कोई असर नहीं पड़ेगा?।

—‘रॉंची एक्सप्रेस’, रॉंची, ५ जनवरी '९७

सॉप का टनो मास खाया जा रहा है

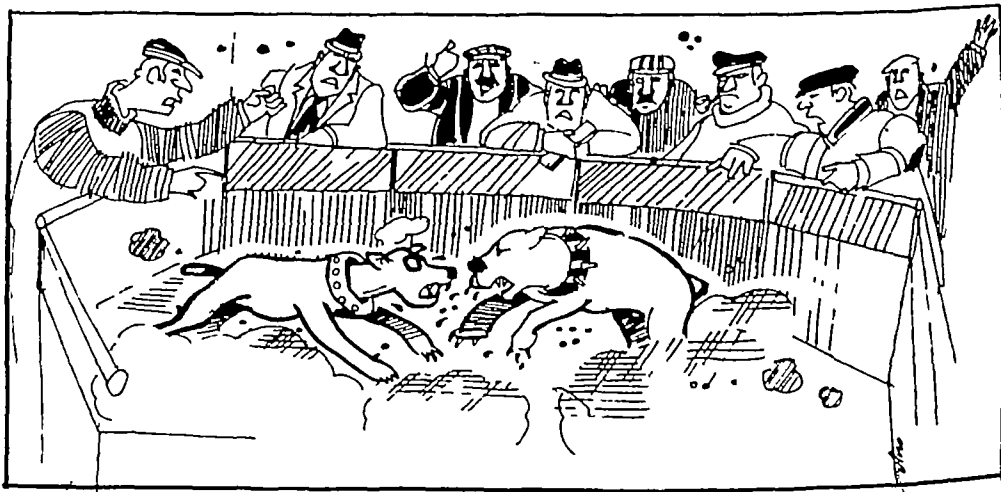
चीन के गुआन्जू नगर के अमीर पेटू चीनी प्रतिदिन १० टन सर्प-आमिष (सॉपो का मास) खा जाते हैं। इस नगर में एक सॉप-मण्डी है, जो दिन-रात खुली रहती है और जहाँ भीड़ बनी रहती है। ‘चाइनीज डेली’ का कथन है कि सॉप का मास अब होटलो से निकल कर परिवार की भोजन-मेज पर भी आ गया है। चीनी गृहणियाँ अब अपने पतियो और बच्चो की क्षुधा शान्त करने के लिए कृपि-मण्डियो से सॉप खरीदने लगी है। सॉप का मास १७ से २१ डॉलर प्रति किलोग्राम विकता है।

—‘हिन्दू’, मद्रास, २९ मार्च '९३

छिपकलियाँ खाने लगे है लोग

मध्यप्रदेश के छिदवाडा जिले के जुन्नारदेव-स्थित दताला का एक २३ वर्षीय युवक नसरिन खान गत आठ सालो से छिपकलियाँ खा रहा है। वह छिपकलियाँ इस तरह खा जाता है, जैसे गाजर-मूली खायी जा रही हो। २५ दिसम्बर '८७ को सबसे पहली बार उसने छिपकली खायी। नसरिन का दावा है कि आठ वर्ष में अब तक वह पाँच सौ छिपकलियाँ खा चुका है।

—‘दैनिक भास्कर’, इन्दौर, ‘रसरग’, पृ २, १७ दिसम्बर '९५



कुत्ता-भिडन्त : पश्चिम का बीभत्स मनोरंजन

विदेशो में विशेषतः पश्चिम के मुल्को में इन दिनों कुत्ता-भिडन्त बहुत लोक-प्रिय खेल है। इसे ‘डेडगेम’ कहा जाता है अर्थात् दो में-से एक कुत्ता जब तक मर नहीं जाता तब तक भिडन्त जारी रहती है। गोरी सभ्यता ने भिडन्तू कुत्तो की कई खूँखार नस्ले तैयार कर ली है। अमेरिका के ‘पिट बुल टेरियर्स कुत्ते’ सबसे अधिक खूँखार

भिडन्तू श्वान माने जाते हैं। इंग्लैंड में इनका आयात १९७० में हो रहा है। ये कुत्ते इतने रक्त-पिपासु होते हैं कि अपने मालिकों को भी नहीं बर्खाते। एक रिपोर्ट के अनुसार कुछ साल पहले अमेरिका में २८ कुत्ता-मालिकों पर टेरियर्स बुगी तरह चढ़ बैठे थे, जिनमें-में २० को अपने प्राण गँवाने पड़े थे।

—दैनिक 'अमृत सदेश', गणपुर, ८ मई '८८



कोरिया लॉग-मीट-वाइन

कोरिया के लोग एक खास किस्म की पगरब पीने लगे हैं, जिसे 'श्वान-आमिप-सुग' (डांग-मीट-वाइन) कहा जाता है। इसे तैयार करने की विधि अत्यधिक बर्बर और भयावह है। एक बड़े कड़ाह में चावल में तैयार किया गया एक विण्डिष्ट घोल मौनता रहता है, जिसमें जिन्दा बुत्ते झोक दिये जाते हैं। कोरिया के नीम हनीमो का दावा है कि इस प्रकार जो पगरब बनायी जाती है, उसे पीने में मनुष्य की नैदान अच्छी रहती है। उनका मानना है कि बुत्ते को जिन्दा पकाने में पगरब में एक मन्तुलित कमावट आ जाती है।

२५,००० गोमाम-भक्षी कुत्ते

कम्पाणनेट ब्रसेटर्स ट्रस्ट (कलकत्ता) की एक विज्ञप्ति में कहा गया है कि पश्चिम बंगाल के एक बुत्ते को प्रतिदिन लगभग एक किलोग्राम गोमाम की उम्मत होती है अर्थात् एक युत्ता माल-भर में करीब ८०० किलोग्राम गोमाम चट कर जाता है। एक मोटे अनुमान के अनुसार पश्चिम बंगाल में गोमाम-भक्षी कुत्तों की संख्या २५,००० है, यानी ये मान-भाऊ बुत्ते हर साल १,७७,७२,५०० (एक करोड़ सत्तर हजार सात सत्रह हजार पाँच सौ) किलोग्राम गोमाम खा जाते हैं।

प्रोक्टर एंड गेन्वेल प्रतिवर्ष ५०,००० पशुओं की हत्या

शृंगार-प्रनाथनी की प्रमुख उत्पादन कंपनी 'प्रोक्टर एंड गेन्वेल' ने वर्ष १९८५

से १९८७ तक लगभग ३ लाख पशुओं की जाने ली। कंपनी के वैज्ञानिकों (इन्हे कातिल ही कहे) ने उत्पादों की टॉक्सिसिटी (विषभरता) की जाँच-परख के लिए इन पशुओं को मारा। ध्यान रहे पी एड जी हर वर्ष इस तरह के परीक्षणों के लिए ५०,००० जानवरों के प्राण लेता है।

चडीगढ़ का पीजीआई रिसर्च सेटर

हजारों पशुओं को हर वर्ष मार डालता है

चडीगढ़-स्थित पीजीआई अनुसन्धान-केन्द्र प्रतिवर्ष हजारों मूक/निरीह पशुओं को चिकित्सकीय परीक्षणों के नाम पर मौत के घाट उतारता है, जिनमें मुख्यतः होते हैं २०० बन्दर, १०० कुत्ते, २,००० खरगोश, ५०० गिनीपिग, तथा १०,००० चूहे। इनके अलावा ३० से ८० बकरे, गधे और सूअर मारे जाते हैं। इन प्राणियों का इन्स्टीट्यूट के माइक्रोबायोलॉजी, बायोफिजिक्स, एक्सपेरीमेंटल मेडिसिन, पेरासायटॉलॉजी तथा फार्माकॉलॉजी विभाग प्रयोगों के दरम्यान बर्बर/क्रूर उपयोग करते हैं।

—‘लोकसत्ता-जनसत्ता’ दैनिक, बडोदरा, २ अप्रैल '९१

अबोध बच्चों का मास परोसा जाता है कई भारतीय होटलों में

१० अप्रैल '८८ की एक हृदय-विदारक खबर के अनुसार कानपुर-निवासी युवक कल्लू मवासी ने १४ अबोध बालकों का अपहरण किया और उन्हें पाँच सौ रुपये प्रति बालक के हिसाब से घटाघर-स्थित होटल को बेच दिया, जिसने उनका मास ग्राहकों को परोसा। कल्लू ने अपने बयान में पुलिस को बताया कि इन १४ बच्चों में-से उसने ५ आगरा, २ टूँडला, और शेष ७ वाराणसी/इलाहाबाद से अपहृत किये थे।

—‘मिताप’, ११ अप्रैल '८८

बन्दर : ‘फिनिट’, काजल, क्रीम

सोचने की बात है कि जहाँ ‘फिनिट’ का छिड़काव हुआ हो वहाँ यदि कोई आदमी खड़ा रहे, तो उसकी साँसों से जितनी मात्रा में फिनिट उसके फेफड़ों में जाए या सीधे उसे फिनिट का डिब्बा पिला दिया जाए तो उसका क्या असर होगा? सोचिये, फिर उस बन्दर पर क्या गुजरती होगी जिसे फिनिट सीधे पिला दिया जाता है, या जिसके फेफड़ों में उसे पूरी तरह प्रवाहित कर दिया जाता है? इसी तरह काजल का आदमी की आँखों पर क्या असर होगा इसके परीक्षण के लिए बन्दर की आँखों में एक साथ इतना काजल डाल दिया जाता है, जितना एक महिला रोज-ब-रोज लगा कर भी सालोसाल चला सकती है। ऐसी ही स्थिति क्रीम की होती है। चेहरे पर लगायी जाने वाली क्रीम में डाला जाने वाला रसायन कितनी मात्रा में प्रयुक्त किया जाए तथा उसका त्वचा पर कितना/कैसा असर होगा, यह जाँचने के लिए बन्दर की बाजू के सारे बाल साफ कर उस पर वारी-वारी से एक-एक रसायन डाल कर देखा जाता है। उसकी त्वचा जल जाती है। वह बेचारा कुछ कह भी तो नहीं सकता — यह है व्यथा-कथा बन्दरों की,



जो हमारी पीराणिकता में बड़ी महिमा-गरिमा के साथ जड़े हुए हैं।

—'हिन्दुस्तान', नई दिल्ली, १५ नवम्बर '६०

२०० मुर्दे खाने वाला नर-पिशाच

गिबपुरी (मध्यप्रदेश) में दो नौ गड़े मुर्दे उखाड़ कर खाने वाले नर-पिशाच जन्मवन्त जाटव उर्फ, छिद्रद को जब गिरफ्तार किया गया और उसमें वातचीन की गयी तो उसने बताया कि उसे मुर्दे का मांस स्वादिष्ट लगता है और उसे खाने में उसे सब मजा आता है। छिद्रद ने कहा कि उसने अब तक लगभग २०० मुर्दे उखाड़े और खाने हैं। एक मुर्दे का मांस उसके दो दिन की मुखाव रहता है। जेल में उसे अन्य कैदियों में अन्न शक्तिगण रखा गया, क्योंकि पुलिस को भय था कि वही वही रात में सोये हुए कैदियों के शयन-पीर न खाए।

—'नई दुनिया', इन्दौर, २० मार्च '६०

केचुओं का ऑमलेट और तले हुए रेशम-कोड़े

हासवास के एक रेस्त्रो में अपने ग्राहकों को केचुओं का ऑमलेट और रेशम कीटी के कोरों को सूच तले कर मिलाने की योजना बनानी है। ये केचुए तथा कोरें उक्त रेस्त्रो कीन के गुआगटान प्रदेश में लगे हुए हैं। रेस्त्रो के संचालकों को ने कहा है कि केचुओं का स्वाद मछल और कोरों की सैन्डविच स्वादिष्ट है।

—'फ्री प्रेस', इन्दौर, १२ मार्च '६०



चीते का मास : स्वादिष्ट व्यजन

आप शायद नहीं जानते कि लहू में लयपथ किसी घायल चीते का छटपटाता शरीर जब हागकाग की किमी होटल में पहुँचता है तब वहाँ कोई करुणा या प्रीति, दया या रहम की अनुभूति नहीं फैलती बल्कि वावर्ची उमके अगोपागो को काट कर स्वादिष्ट व्यजन तैयार करता है। इसी तरह ताइवान के कसाईवाड़े में पकड़ कर लाये गये किसी बाघ का खून जब बोटलो में भरा जाता है, तब हर बोटल ६५० रुपये में विकती है। चीतो के लगातार लुप्त होते जाने के पीछे जो रहस्य है, उसे इस ख़बर में-से भौंपा जा सकता है।

—'चित्रलेखा', २५ जनवरी '८८

क्रत्लखाने वजह हैं भूकम्पों की : क्रत्ल बंद, भूकम्प बंद

-विम मिद्धान्त

सूजडल मे डॉ. सिंह द्वारा तहलका मचाने वाला शोध-लेख प्रस्तुत

बलकते से प्रवाणित २८ मई के अवबारे मे एक मान मबर है 'अल-बबीर प्लान एवेर्टोयल प्ल डब्ल्यूबी' (टेलीग्राफ), 'एक अत्याधुनिक बूचडमाना त्पापित हागा। प बगाल मे (ईनिक विस्वामित्र), 'हावडा मे अल-बबीर समूह का मान-प्रमस्करण सयत्य लगेगा' (जनमता)। ७० करोड की लागत मे बनने वाले इम बल्लमाने पर दो त्प्या पर नज रख कर गभीरतापूर्वक मोचिंये - एक, मान की १ ईलोपी के उत्यादन म अल की १२ ईलोपीयाँ मर्व हाती है, अत मास-उत्यादन और निर्यात लगतार देग की भुगमगी/वर्बादी की दिशा म धनेल रहे है, दो, दिल्ली विश्वविद्यालय म भौतिकी/भगान-भौतिकी के प्रोफनर डॉ मदन मोहन बजाज और उनक साथी डॉ इब्राहिम एव डॉ विजयराज सिंह ने सूजडल (एम) म प्रस्तुत अपने बहुचर्चित शोध-पत्र म निद्र किया है कि दुनिया म जो भूकम्प आ रहे है उनकी मबम बडी वजह बल्लमाने है, अत उनका कथन है कि कल्लसानो पर ताता शलिये/पुद्ध रोबिंये - धरती आपोआप हाँपना बन्द कर देगी। सूजडल म प्रपिन इन नी पत्रो मे डॉ बजाज न बल्लमान तथा भूकम्प न अल मबय्यो पर प्रस्तुत डॉ सिंह के रिस्चर्च पपर पर 'बिन मिद्धान' क रूप म डिद्र किया है।

१५ जून १९९५

सूजडल (एम)

इम समय जब मे उन पकितयो को निग रहा हूँ, गत्रि के दम वज रहे है - सूजड अभी भी पूरा टूटा नही है। जावाश मे लानिमा है। सुगन्धित-शीतल पवन है। नामने हने-भने वृक्ष है। भारत जैसी गर्मी यहाँ नही है। आज हमने भूकम्प और बल्लसानो के मबद शोध-पत्र प्रस्तुत कर दिया। पोस्टर बल ही लगा दिया था। विजयराज सिंहजी ने पत्र प्रस्तुत करने की उच्छा व्यक्त की। उम शोध-पत्र ने एक नयी रिचा-धारा की बुनियाद पग दी है। मेरा कहना यह है कि भारत मे आये पिछले तीनों भूकम्पों मे आइस्टाइन पैर थेल्डूज (ईपीउब्ल्यू) या नोमीमेपान थेल्डूज का हाथ है। एक मसी वैज्ञानिक ने कहा 'टिटर ने एतने पधिन आदमियो की माग था, तब एम मे भूकम्प क्यों नही आया' परा पतुआ को मानने मे ही भूकम्प आता है' मेरा उत्तर था 'पशु और इमान मे मने कभी फलन नही माता। नम्य ऑफ एनीमल वार्ल्ड इज मच प्रेटर देन द नम्य ऑफ इमान बीटलज सिंगट एक बल्लसाने मे जो 'ई पी उब्ल्यू' निबलती है, उसकी ऊर्जा १०४० मेगावाट मे अधिष है।'

१६ जून १९९५

आज १६-६-९५ है। दुबहार का एक बज गग है। तीन बजे मे पौर बने पर तमाना-समागेह है। सूजडल को 'सूज डल उच्छावित करने है। एक अल-ईश्टीय मत्र था बल्लसानो का विरोध करना द्वारा आगत जार्ड रही था। तमाना बल्ल था कि हम कही प्रचाार नज गती आये। प्रचारक के रूप मे भोता नमाना आरम्भ कर देता है। कूर्मसेल वैज्ञानिक नीती मे तमने धन मे लह दात बह थी है जिनके लिए हम हाती इर न आये ध। जमने के वैज्ञानिक प्रो सुर्ता ने विरोध कर देक होम मनेज एलन का अवगत प्रदान कान ज 'कम्प अनुग्रह मिया। मत्य तो केवल इच्छा का पत्र है। हमने वैज्ञानिक लक्ष्यो और साक्षात्कार मीटल्ल/विद्व हउराकान ऑफ ई पी उब्ल्यू और सिटिका लज्ज-दिल्लमून (ईनिक प्रोफेनर

* बमरा १ : २१ भौतिकी एवं लगेर भौतिकी दिशा दिल्ली विश्वविद्यालय दिल्ली ११० ००३

के आधार पर यह कहा कि यदि आप चाहते हैं कि भूकम्प न आये तो हमें कल्लखानों का निर्माण करना बन्द कर देना चाहिये और किसी भी निमित्त किसी भी प्राणी का वध नहीं करना चाहिये। प्रो यामागूची (जापान) हमारे कार्य को देखने विशेष कर मच पर आये। मास्को की भूकम्प वेधशाला ने हमें अपने यहाँ आमन्त्रित किया है। शायद वहाँ भी हमें दोलने का अवसर मिले।

१७ जून १९९५

सूजडल (रूस)

प्रात आठ बज रहे है। बाहर प्यारी धूप आ गयी है। सूजडल रूस के सबसे पुराने नगरो मे-से एक है। इस शहर का जिक्र सबसे पहली बार सन् १०२४ के करीब के दस्तावेजो मे मिलता है। इसकी उम्र के वावजूद यह शहर नौजवान और सुन्दर बना हुआ है। ऐसा लगता है जैसे किसी परिलोक मे विचरण कर रहे हो। वलादीमार के उपजाऊ क्षेत्र पर वसी रूसी लोगो की कई पीढियो ने इस खूबसूरत शहर का निर्माण किया है। कल घूमते-घूमते हम लोगो ने पानी के नल देखे। बिल्कुल शीतल जल नि शुल्क मिल जाता है। पानी साफ और ठडा तो आता ही है, इसे कोई बर्बाद भी नही कर सकता। हैडपम्प-जैसा यन्त्र है, केवल दवाते रहने से पानी निकल आता है। सूजडल कामेन्का नदी के किनारे बसा हुआ शहर है। लगभग तीन-चार सौ वर्ष पूर्व यह नदी आने-जाने के लिए भी प्रयुक्त की जा सकती थी। गोपीनाथजी अग्रवाल (जैन बुक एजेन्सी) की अमर कृति 'वेजीटेरियन ऑर नॉन-वेजीटेरियन चॉइस इज योर्स' की २५० प्रतियाँ ले कर चला था। कई देशो के प्रतिनिधियो के पास यह पुस्तक पहुँचा दी है। कॉन्फ्रेन्स का स्थल पचतारा होटल जैसा है। रिसेप्शन हॉल मे फैली टेबलो पर शाकाहार का सदेश विखरा पडा है। अपने कमरे मे काफी प्रतियाँ जान-वूझ कर छोड कर जा रहा हूँ।

१७ जून १९९५

सूजडल (रूस)

प्रात आठ बजे है। हेरल्ड फॉन मिल हॉलैण्ड मे पीएच डी के लिए कार्य कर रहे है। गजब की अभिव्यक्ति है। ड्रैकफास्ट के वक्त उन्होने मुझे बताया कि मेरी स्पीच 'पैग्नेट' (भावनात्मक) थी। उनका कहना था कि मुझे तथ्य-परक (नॉन-पैग्नेट) स्पीच देनी चाहिये थी। उन्होने बताया 'मैं आपके दर्द को समझता हूँ, लेकिन यूरोप मे इस प्रकार की वार्ता लोग पसन्द नही करते। लोग आर्गुमेन्ट्स (तर्क) और डाटा (आँकडे/प्रमाण) सुनना पसन्द करते है।' उनके अनुमार हॉलैड मे काफी वेजीटेरियन्स है। वे स्वय मासाहारी है। हमारी पुस्तक प्राप्त होने के बाद कह रहे थे, 'कल का मीट ठीक नही था। पेट मे गडबड-सडबड हो गया।' मेने उनके विचारो को पल्लवित होने का अवसर दिया। कल जापान के प्रो यामागूची मे काफी चर्चा हुई थी। वे मेरी किसी भी बात मे सहमत नही थे। विनम्रता तो थी, लेकिन वैचारिक मतभेद बहुत था। वे शिन्तो धर्म मे सवद्ध है। बौद्धधर्म जापान मे अहिंसा नही ला पाया। वलादीमीर जा रहे है हम मवा।

—मदन मोहन वजाज

१८ जून १९९५

आज १८ ०६ है। प्रात के माढे छह बज रहे है। कल रात्रि मे हम लोग मास्को वापिस आ गये है। प्रमूत पत्नियाँ मम की राजधानी मास्को मे निख रहा हूँ। हम लोग लियोनार्ड याकोवेन्को के घर रुके हुए है। लियोनार्ड याकोवेन्को की धर्मपत्नी पचाम वर्षीय है। नाम है लदमीला याकोवेन्को। मन्त्रेप मे 'ल्यूदा' कहते है। 'नुदमीना' का अर्थ है वह महिला,

| | | | |
|------|----|----------|-----------------------------|
| १९०५ | ८६ | १९,००० | जम्मू-कश्मीर, भारत |
| १९०६ | ८३ | ७०० | सेन फ्रान्सिस्को |
| १९०६ | ८६ | १,५०० | वालपरेसो, चिली |
| १९०८ | ७५ | ५८,००० | कैलेत्रिया, मेसीना, इटली |
| १९१५ | ७५ | ३२,६१० | अद्रुजी, इटली |
| १९२० | ८५ | २,००,००० | कासू प्रान्त, चीन |
| १९२३ | ८३ | १,४०,००० | टोक्यो, योकोहामा |
| १९२७ | ८० | ४०,००० | नान शान, चीन |
| १९३२ | ७६ | ७०,००० | कासू प्रान्त, चीन |
| १९३५ | ७५ | २५,००० | भारत |
| १९३९ | ८० | ३२,००० | एरजिनकान, तुर्की |
| १९३९ | ८३ | २८,००० | चिल्लान, चिली |
| १९४८ | ७३ | १९,८०० | अशखानाद, सोवियत संघ |
| १९६० | ५९ | १२,००० | अगादिर, मोर |
| १९६० | ८५ | २,२३१ | वाल्दिविया, चिली |
| १९६३ | ६० | १,०७० | स्कोपे, युगोस्लाविया |
| १९६४ | ८३ | १३१ | प्रिंस विलियम साउड, अलास्का |
| १९७० | ७८ | ६६,७९४ | पूर्वी पेरर |
| १९७२ | ६२ | ५,००० | मानागुआ, निकारागुआ |
| १९७६ | ७५ | २३,००० | ग्वाटेमाला |
| १९७६ | ६५ | ९२९ | उत्तर-पूर्वी इटली |
| १९७६ | ७८ | २,४०,००० | तगशान, चीन |
| १९७७ | ७२ | १,५०० | बुकारेस्ट |
| १९७९ | ७९ | ६०० | कोलम्बिया, इक्वाडोर |
| १९८० | ७७ | ४,००० | अल-अस्ताम, अल्जीरिया |
| १९८० | ७२ | ४,८०० | दक्षिण इटली |
| १९८३ | ७१ | १,४०० | पूर्वी तुर्की |
| १९८५ | ८१ | २०,००० | मैक्सिको सिटी |
| १९८६ | ५४ | १,००० | सैन साल्वाडोर, अल साल्वाडोर |

— एनसाइक्लोपीडिया ब्रिटैनिका

(१) २०वीं शताब्दी के पूर्व काल में तीव्रता मापने का कोई यन्त्र या पैमाना नहीं था, अतः इनके स्थान या तो रिक्त है या ऐतिहासिक दस्तावेजों के आधार पर इनकी अनुमानित तीव्रता अंकित की गयी है।

(२) इसके पश्चात् १९९१ में भारत में उत्तरकाशी, १९९३ में लातूर, तथा १९९५ में कोबे (जापान) में भूकम्प आये, जिनसे भारी जन-हानि हुई थी।



भारत की वजह

